அன்பு மலர் - கசு

ஸ்ரீ அரவிந்த யோக தீபிகை

(Sri Aurobindo's Lights on Yoga)



சுத்தானந்த பாரதியார்
மொழிபெயர்ப்பு

அன்பு மலர் - கசு

உ

ஸ்ரீ அரவிந்த யோக தீபிகை

(Sri Aurobindo's Lights on Yoga)



அன்பு நிலயம்,

இராமச்சந்திரபுரம், சிங்கப்பூர்

1938

LIGHTS OF YOGA (Tamil)

First edition, 1000 copies

Printed at the

SADHU PRESS,

Royapettah, Madras

Published by

: : THE ANBU NILAYAM : :

RAMACHANDRAPURAM, SINGAPORE

Price Annas eight

ஸ்ரீ அரவிந்த யோக தீபிகை



1. நமது இலட்சியம்

இங்கே பின்பற்றும் யோகமார்க்கத்தின் நோக்கம், மற்ற யோக வழிகளினின்றும் வேறுனது. ஏனெனில், சாதாரண அறியா உலகுணர்வினின்றும் கடவுளுணர்விற்கு உயர்வது மட்டும் இதன் குறிப்பன்று; அக்கடவுளுணர்விற்குரிய விக்ஞான சக்தியை அவித்தையான மனம் உயிர் உடலில் இறக்கி, அவற்றை மாற்றி, இங்கே கடவுளைத் துலக்கி, ஜடவுலகில் ஒரு திவ்ய ஜீவனத்தை ஆக்குவதே இந்த யோகத்தின் நோக்கம். இது மிகக் கடினமான நோக்கமும், கடினமான யோகமுமாம்; பலருக்கு, பெரும்பாலாருக்கு இது இயலாதென்றே தோன்றும். சாதாரண அறியா உலகுணர்வில் நிலைபெற்ற சக்திகளெல்லாம், எதிரிடையாகி, இதை மறுக்கின்றன; தடுக்க முயல்கின்றன. சாதகன், தனது மனம், உயிர், உடலிலேயே இந்த நிறைவேற்றத்திற் கொவ்வாத பிடிவாதமான தடைகள் நிரம்பியிருக்கக் காண்பான். இந்த ஆதர்சத்தை மனப்பூர்வமாக ஏற்று, எல்லா இடர்களையும் எதிர்த்து, இறந்த காலத்தையும் அதன் தொந்தங்களையும் பின்னுறுத்தி, அனைத்தையும் விடுக்கத் தயாராகி, என்னவானுலும் இந்தத் தெய்வசித்தி பெறவே துணிந்து நின்ருல், அப்போதே, இந்த யோகத்தின் பின்னுள்ள உண்மையை நீ அனுபவத்தில் கண்டுபிடிக்க முடியும்.

இந்த யோக சாதனம், குறிப்பான ஓர் உபதேசம், தியான நியமங்கள், மந்திரம் அல்லது பிறவற்ருல் நடப்பதல்ல ; ஆர்வம், உள் அல்லது மேலோங்கிய ஏகாக்கிரம், ஒரு வல்லமைக்கு, நமக்கு மேலேயுள்ள ஒரு தெய்வசக்திக்கு, அதன் செயல்களுக்கு, இதயத்திலுள்ள தெய்வசாநித்யத்திற்கு, தன்னை மலர்த்தல், இவற்றிற்கு ஒவ்வாதவற்றை யெல்லாம் ஒதுக்கித் தள்ளல் ஆகிய சாதனங்களாலேயே இந்த யோகம் இயலும். ஆர்வம், நம்பிக்கை, அடைக்கலம் இவற்ருலேயே இத் தன்மலர்ச்சி எய்தும்.

*
* *

விக்ஞான சிருஷ்டிக்கே இங்கே இடமுண்டு ; அதாவது, கடவுளுண்மையை உலகில் இறக்கி, மனம் உயிர் இவற்றில் மட்டுமல்ல, உடலிலும், ஜடவஸ்துவிலும் நிலைநாட்டுவதாம். அகங்காரப் பெருக்கத்தின் பாலுள்ள வரையறைகளை யெல்லாம் நீக்குவது நமது நோக்கமல்ல ; மானிட மனோபாவனைகளும், அகம்பாவங் கொண்ட பிராணபலத்தின் ஆசைகளும் நிறைவேறத் தாராளமான நிலமும், மட்டற்ற இடமும் கொடுப்பதல்ல.

நமது இஷ்டப்படி நடக்கவோ, அல்லது முடிவில் நமது இஷ்டப்படி நடக்கக்கூடிய ஓர் உலகை ஆக்கவோ நம்மில் எவரும் இங்கில்லை ; இறைவனிச்சையைச் செய்யவும், மானிட மடமையால் உருவழியாமல், அவாவினுல் கெட்டுப் பாழாகாமல்,தெய்வசக்தி, தனது உண்மையை விளக்கும் ஓர் உலகை ஆக்கவுமே நாம் இங்கே இருக்கிறோம். விஞ்ஞான யோகசாதகன் செய்யவேண்டிய பணி, அவனது உரிமைகளைப் பாராட்டக்கூடிய சொந்தப்பணியல்ல; அது, இறைவன்

விதித்த நியமங்களை அனுசரித்துச் சாதகன் செய்ய வேண்டிய தெய்வப்பணியாம். நமது யோகம் நமக்காக வல்ல ; அது பகவானுக்காகவே யாம். நமது விளக்க மல்ல ; எல்லாக் கட்டுகளினின்றும், மட்டுகளினின்றும் விடுபட்ட அஹம்பாவ விளக்கமல்ல; நாம் இங்கே தேடு வது தெய்வத்தின் விளக்கமே யாகும். நமது சொந்த முக்தி, சித்தி, நிறைவெல்லாம், அத்தெய்வ விளக்கத்தின் பலனாகவும் பங்காகவுமே இருக்கவேண்டும் ; அவை அகம்பாவவுணர்வுடன், மமதைகொண்ட சுயநலக்காரி யத்திற்காக அல்லவாம். இந்த முக்தி, சித்தி, பூரணம் கூட, நமக்காகவல்ல ; அவை பகவானுக்காகவேயாம்.

* * *

கடவுளடைவு மட்டுமே இந்த யோகத்தின் பொரு ளல்ல ; தெய்வசேதன விளக்கத்திற்கும், தெய்வகாரி யத்திற் பங்குகொள்ளவும் தகுதியாகும்படி, உட்புற வாழ்வை மாற்றலும், அதை முற்றிலும் கடவுளுக்கே உரிமை யாக்கலுமே இதன் பொருளாம். அதாவது இந்த யோகத்திற்கு, வெறும் சதாசாரங்களையும், காயக்கிலேசங்களையும்விட மிகக்கடினமான, பிரயாசை யான உள்ளொழுக்கம் வேண்டு மென்பதாம். பெரும் பாலான யோகமார்க்கங்களைவிட இந்த மார்க்கம் அதி விசாலமானது; மிகவும் சிரமமானது. அந்தராத்மாவின் அழைப்புறுதி யில்லாமல், இறுதிமட்டும் சாதிக்கத் தயாராயில்லாமல் யாரும் இந்த மார்க்கத்தில் பிரவேசிக் கக்கூடாது.

* * *

பூர்வயோகங்கள், என்றும் கட்டற்று, இறைவ னுடன் ஒன்றான ஆத்மாவின் அனுபவத்தையே நாடின. அந்த ஆத்ம ஞானத்திற்கும் அனுபவத்திற்கும்

தடையாகாமல் இருக்கும் அளவே, இயற்கை மாறநேர்ந்தது. தூலசரீரம் வரையில் நிறைவான மாற்றமெய்த முயன்றோர் மிகச்சிலரே; அதுவும் ஒரு 'சித்தி'க்கே யொழிய உலகுணர்வில் புத்தியல்பை விளக்கவல்ல.

*
* *

மனிதன் ஜடத்தில் உருக்கொண்ட மானதன்; அவனுணர்வு முற்றிலும் உயர்ந்து, பரவுணர்வைக் கூட வேண்டும்; பரவுணர்வு, மனம் உயிர் உடல் இவற்றில் இறங்கவேண்டும். இவ்வாறுயின், தடைகள் நீங்கி, பரவுணர்வு கீழியல்பனைத்தையும் உயர்த்தி, விஞ்ஞான சக்தியால் அதை மாற்றவியலும்.

மண்ணுலகம் பரிணமத்தின் பௌதிக க்ஷேத்ரம். பிராணம், மனம், விக்ஞானம், சச்சிதானந்தம் இவை உலகுணர்வின் உள்ளடங்கியுள்ளன; ஆனால், முதலில் ஆவது பௌதிகநிர்மாணமே; பிறகு, பிராணலோகத்தினின்று, உயிர் இறங்கி, பௌதிகத்திலுள்ள பிராண தத்துவத்திற்கு வடிவும், ஒழுங்கும், செயலும் அளித்து, செடியையும், விலங்கையும் உண்டாக்குகிறது; பிறகு மனோலோகத்தினின்று மனம் இறங்கி, மனிதனை உண்டாக்குகிறது. இப்போது ஒரு விக்ஞான ஜாதியை யுண்டாக்க விக்ஞானம் இறங்கவேண்டும்.

*
* *

இந்த வீறுற்ற சித்திக்கு, பிரகிருதி வசத்தினின்று புருஷனை விடுவித்தால் மட்டும் போதாது; அவித்யா சக்திகளுடன் விளையாடும் கீழியல்பிற்கு ஆளாவதை மாற்றி, பராசக்தியான அன்னைக்கே புருஷனை ஆளாக்க வேண்டும்.

கீழியல்புடனும், அதன் ஜடசக்திகளுடனும் அன்னையை ஒன்றுவிப்பது குற்றமாகும். இங்கே பிரகிருதி என்பது ஒரு ஜட யந்திரமே ; மேலுயரும் அவித்தையை இயக்கவே அது முன் வைக்கப்பெற்றுள்ளது. அறியா மனமும், உயிரும், உடலும் கடவுளிடமிருந்தே வந்தன ; எனினும் அவை தாமே கடவுளல்ல ; அது போலவே பிரகிருதி யந்திரமும் தெய்வத்தாயல்ல. இந்த யந்திரத்தைப் பரிணாம காரியத்திற்காகத் தாங்க அதன் உள்ளும், பின்பும் அவளது சக்தி யம்ஸம் கொஞ்சம் இருப்பதுண்மை ; ஆனால் அவள் சொரூபம் அவித்யா சக்தியல்ல; முக்திக்கும், தெய்வ சித்திக்கும் நாம் நாடும் அச் சின்மயி, சக்தி, ஜோதி, பரப்ரகிருதியே அன்னை. அமைதியாய், கட்டற்றதாய், பற்றுமல், சிக்காமல் குணசக்திகளின் ஆடலைக்காணும் புருஷ சைதன்யானுபவமே முக்திசாதனமாகும். உயிரிலும், உடலிலும், மனத்துளும், அந்த அமைதி, பற்றின்மை, சாந்தவுறுதி, ஆத்மரதியைக் கொண்டு நிலைநாட்டவேண்டும். இவ்வாறு நிலைநிறுத்தியவன், பிறகு வீரியசக்திகளின் தொல்லைகளுக்கு இரையாக மாட்டான். ஆனால் இந்த அமைதி, சாந்தம், மௌனபலம், களிப்பு அனைத்தும் ஆதாரத்தில் மாத்ரு சக்தியின் முதல் இறக்கமேயாகும். இதற்கப்பால் ஒரு ஞானம், ஒரு கிரியா சக்தி, வீறுபெற்ற ஓர் ஆனந்தம் உண்டு ; மிகத்தூய சாத்வீகப் பிரகிருதியும் அதுவல்ல ; அது திவ்யப்பிரகிருதி. முதலில் அமைதி, சாந்தம், விடுதலை - இவை வேண்டியவே. அபக்குவ நிலையில், தீவிரமான சாதன பாகத்தைக் கொண்டுவருவது சரியல்ல. அவ்வாறுயின், அதைக் கிரகிக்க முடியாத அசுத்தமான, சஞ்சல

வியல்பில் சக்தியை இறக்குவதாகும் ; அதனால் பலத்த குழப்பங்கள் உண்டாகும்.

*
* *

கீழாதாரங்கள் எதனையும் விட மகத்தான, பூரண மான உண்மையை விக்ஞானம் நமக்கு அளியாவிட் டால், அதை அடைவதிற் பயனில்லை. ஒவ்வோராதா ரத்திற்கும் உரிய உண்மைகள் உள்ளன. அவற்றிற் சில மேலாதாரங்களில் உண்மையின்றாம். உதாரண மாக மன, பிராண, அன்னமய அவித்தைக்கு ஆசையும், மமதையும் உண்மைகளாம்; அங்கே ஆசையும் மமதை யும் அற்றவன் தாமச யந்திரம் போல்வான். நாம் மேன் மேலும் ஓங்கும்போது, ஆசையும், மமதையும் உண்மைக ளாகவே தோன்றா; அவை ஸத்புருஷனையும், ஸத்சங்கல் பத்தையும் உருக்குலைக்கும் பொய்களாகும். அருட் சோதிசக்திகளுக்கும், மருட்சக்திகளுக்கும் இங்கே போர் நடப்பது உண்மைதான். நாம் மேலோங்கிச் செல்லவே இந்த உண்மை அருகி அருகி, விஞ்ஞானத் தில் அது முற்றிலும் உண்மையற்றதாகும். இவற் றைத்தவிர மற்ற உண்மைகள் இருக்கும் ; ஆனால், மொத்தத்தில் அவற்றின் தன்மை, முதன்மை, இடம் ஆகியவை மாறும். சகுணநிர்க்குண பேதமும் விகற் பமும் அதிமனத்தின் உண்மையாம். விக்ஞானத்தில் அவற்றுள் வேறுபாடில்லை ; அங்கே இரண்டும் பிரி வற்ற ஒன்றாம். ஆனால், அதிமனவுண்மைகளை வென்று வாழாதவன், விஞ்ஞான வுண்மையை எட்ட வியலான். மனித மூளையின் அவலச்செருக்கு, ஒரு விசேஷ பேதத்தை ஏற்படுத்திக்கொண்டு, மற்றதெல்லாம் பொய் என்று சொல்லி, எதுவானாலும் சரி யென்று மகோன்னத தத்துவத்திற்குத் தாவிக் குதிக்க விரும்பு

கிறது - ஆனால் அது பேராசை பிடித்த அஹம்பாவ தோஷமாகும். படிக்குப்படி உறுதியாகக் காலையூன்றி மேலேறியே ஒருவன் உச்சிக்குச் செல்லவேண்டும்.

*
* *

சாதனத்தின் எதிர்மறையாகிய கீழியல்பையும் அதன் இடர்களையும் பற்றியே அதிகமாக நினைப்பது பிசகு. இந்த இடர்களைப் பார்த்துத் திருத்தவேண்டும். அவற்றையே பெரிதாக நினைத்துக் கொண்டிருப்பது சரியல்ல. அதனினும், சாதனத்திற்கு உடன்பாடான சக்தியிறங்கும் அனுபவமே முதன்மையானது. இப்பயனுள்ள அனுபவம் எய்துமுன்பே, கீழியல்பு முற்றிலும் பரிசுத்தமாக வேண்டுமென்று காத்திருந்தால்; எப்போதும் காத்திருக்க நேரிடும். கீழியல்பு சுத்த முறவுற உயரியல்பின் (பரப்ரகிருதி) இறக்கம் எளிதாகி வரும் என்பதுண்மையே ; ஆனால் உயரியல்பு இறங்க இறங்கக் கீழியல்பு மேன்மேலும் தூய்மையுறும் என்பது அதனினும் உண்மையாகும். முழுத்தூய்மையாவது, நிலையான, பூரண விளக்கமாவது ஒரேயடியாக வரமுடியாது ; அது காலத்தையும், பொறுமையான அபிவிருத்தியையும் பொறுத்தது. தூய்மை, விளக்கம் ஆகிய இரண்டும்சேர்ந்து விருத்தியாகி, மேன்மேலும் ஒன்றையொன்றணைந்து வலிமைபெறும்-இதுவே வழக்கமான சாதன வழியாகும்.

*
* *

உணர்வு மாறுதவரையில் இத்தகைய தீவிர அனுபவங்கள் நிலைத்திரா. அனுபவம் உள்ளே படிய அவகாசம் வேண்டும். ஜீவன் அபோதனை யிருக்கையில், திரைமறைவில், அல்லது அடிப்புறத்தில் அப் படிமானம் நடந்து கொண்டிருக்கிறது ; புறவுணர்விற்கு அது மந்த

மாகவும், பெற்றதை யிழந்ததாகவும் தோன்றும். போத முற்றவன், மேன்மேலும் தன்னுள் சக்தி படிவதைக் காண்பான். அப்போது, தான் எதையும் இழக்கவில்லை; இறங்கிய சக்தி அமைதியாகப் படிகிறது என்று காண் பான்.

அகண்டம், அபாரசாந்தம், மௌனம் ஆகியவற் றில் நீ மூழ்கியிருப்பதாக உணரும் அனுபவமே ஆத்மா அல்லது சாந்தப் பிரஹ்மம் எனப்படும். இந்த ஆத்மா அல்லது சாந்தப் பிரஹ்மானுபூதியே பல யோகங்களின் முழு லட்சியமும் ஆகும்.

நமது யோகத்தில், இது, தெய்வானுபூதி பெற்று ஜீவன் உயர்ந்த கடவுளுணர்வை நோக்கி வளரும் நிலை யின் முதற்படியே யாகும். இவ்வளர்ச்சியையே நாம் மாற்றம் அல்லது ரூபாந்தரம் என்கிறோம்.

தானாகிய ஆத்மா, சைத்ய புருஷனாகிய அந்த ராத்மா - ஆகிய ஒரு பாவனையில், அல்லது இரண்டு பாவனையிலும் மெய்ப்பொருளை யடையலாம். ஆத் மாவைச் சமஷ்டியென்றும், அந்தராத்மாவை மனமுயிர் உடலைத்தாங்கும் வியஷ்டி யென்றும் உணர்வதே இவற் றிற்குள்ள வேறுபாடு. முதலில் ஆத்மானுபவி, எல்லா வஸ்துக்களினின்றும், அது வேறாக, தானே தானாய்த் தனித்திருப்பதாக வுணர்வான். இவ்வனுபவத்திற்கே கொப்பரைத் தேங்காய் உபமானம் பொருந்தும். சைத்ய புருஷானுபவம் அவ்வாறல்ல; ஏனெனில், இவ்வனுபவம், தெய்வ ஐக்கியம், தெய்வாதீனம், தெய்வார்ப்பணம் முதலியவற்றை உணர்த்துகிறது; மனிதவியல்பை மாற்றி, மெய்ம்மனம், மெய்யுயிர், மெய்யுடலைக் கண்டுகொள்ளும் ஆற்றலை யளிக்கிறது.

இந்த யோகத்திற்கு இந்த இருவகை அனுபூதிகளும் அவசியமாம்.

'அஹம்', 'நான்' என்னும் சிற்றகந்தை, பிரகிருதியின் ரசனையாம்; அது ஒரு மனம், உயிர், உடலின் சேர்க்கையாகும்; புறவுணர்வையும் செயலையும் நடுப்படுத்தவும், தனிப்படுத்தவும் பயனாகும். மெய்ப்பொருளைக் கண்டதும், அஹம் பயனற்றதாகும்; பிறகு அதன் அமைப்பு மறையவேண்டியதே; அதன் இடத்தில் மெய்ப்பொருள் உணர்வாகும்.

*
* *

முக்குணங்களும் மாசற்றுத் திருந்தி, அவற்றின் தெய்வீக பரியாயங்களை அடைகின்றன :— ஸத்வம், சுத்தாத்ம தேஜஸான சோதியாகிறது; ராஜஸம், சாந்த தீவிர தெய்வசக்தியாகிய தபஸாகிறது; தாமஸம் புனிதமான அமரிக்கை, நிலைப்பு, சாந்தம் இவற்றுடன் கூடிய சமமாகிறது.

*
* *

ஆக்கல், அளித்தல், நீக்கல் இம்மூன்றும், மூன்று விசுவசக்திகள்; இவற்றில் எல்லாப் பொருட்களும் கட்டுப்படும்; ஆக்கப்பட்டதெல்லாம், சிலகாலம் இருந்து, அழியத் தொடங்கும். அழிக்கும் சக்தியை நீக்கினுல் சிருஷ்டிப்பொருள் என்றும் நலியாது நின்று வளர்வதாகும். அக்ஞானநிலையில், முன்னேற்றத்தின் பொருட்டு அழிவு வேண்டியதே. ஞானத்தில், சத்திய சிருஷ்டியில், பிரளயமேயில்லாமல், நிரந்தரமான வளர்ச்சியே விதியாகும்.

---

2. ஜீவ ஆதாரங்களும், அங்கங்களும்

மானிடர் தம்மைத்தாமே அறியார் ; தமது வெவ் வேறு ஜீவாங்கங்களைத் தெரிந்து கொள்ள அவர் கள் கற்கவில்லை ; இவற்றை யெல்லாம் அவர்கள் மனமாக உருட்டித் திரட்டி விடுகிறார்கள். மன விழியாலும், மனோபாவனையாலுமே அவர்கள் அவற் றை அறிவர் ; உணர்வர் ; அதனாலேயே மாந்தர் தமது மெய்ந்நிலைகளையும், மெய்ச் செயல்களையும் அறிவ தில்லை ; அறிவதும் மேலளந்தவாரியாகத்தா னிருக்கும். நம்மியல்பின் பெரிய சங்கீர்ணத்தை யறிந்து, அதை யியக்கும் வெவ்வேறு சக்திகளைக் கண்டு, அதை வசப் படுத்தி நடத்தும் அறிவை நிலைநாட்டுவது யோக நிர்மா ணத்தின் பங்காகும். நாம் பல அங்கங்களின் தொகும் பாவோம் ; ஒவ்வொன்றும் நமது சைதன்யம், நினைப்பு இச்சை, புலனுணர்வுகள், ஸ்பரிசங்கள் செயல்கள் ஆகியவற்றின் இயக்கத் தொகைக்குத் துணை நிற்கின் றன. ஆனால் இந்த வேகங்களின் மூலத்தையாவது இயக் கத்தையாவது நாம் காண்பதில்லை ; கலங்கிக் குழம்பி வெளித்தோன்றும் பயன்களையே நாம் காண்கிறோம் ; இவற்றின்மேல் நிலையற்று மாறும் ஒரு நியமம் விதிப்ப தல்லால் வேறொன்றும் செய்யவியலோம்.

முன்பே ஒளியை நோக்கித் திரும்பிய ஜீவாங்கங் களினின்றே பரிகாரம் கிடைக்கவேண்டும். மேலிருந்து, தன்னுள், தெய்வ சைதன்ய ஜோதியைக் கூவியழைத் தல், சைத்ய புருஷனை முன்வைத்தல், வெளிமனத்திற்கு அத்யாத்ம விழிப்பீந்து, பிராணனை உஜ்வலப்படுத்தும்

ஆர்வக் கனலைத் தூண்டுதல் ஆகிய இவையே (நம்மை நாமறிய) வழியாம்.

* * *

தெய்வ ஸம்யோகமே (ஒன்றிப்பு) யோகமாம். அது உலகங் கடந்த பரமாத்மஸம்யோகம், அகிலமான விசுவாத்ம ஸம்யோகம், அல்லது ஜீவாத்மஸம்யோகமாயிருக்கலாம்; இன்றேல், நமது யோகத்தைப்போல மூன்றும் சேர்ந்ததாகலாம். ஒரு சைதன்யப் பிராப்தி யென்றும் அதன் பொருளாம்; அச்சைதன்யமடைந்தவன் அற்ப மமதை, தனி மனம், உயிர், உடலிற் குறுகி யிரான்; அவன் பரமாத்மாவுடன், அல்லது விசுவசைதன்யத்துடன் ஒன்றுபட் டிருப்பான்; அல்லது, தனது சொரூபம், அந்தராத்மா, வாழ்வின் உண்மைத் தத்துவம் இவற்றை அறியும் ஓர் ஆழ்ந்த உள்ளுணர்வுடன் கலந்திருப்பான். யோக வுணர்வில் ஒருவன் பொருள்களை மட்டுமன்றி, சக்திகளையும் அறிகிறான்; சக்திகளை மட்டுமன்றி அவற்றின் பின்னேயுள்ள சைதன்ய புருஷனையும் அறிகிறான்; இவற்றை யெல்லாம் தன்னுள் மட்டுமல்ல, உலகிலும் அறிகிறான்.

இப்புத்துணர்வைத் தொடரும் ஒரு யோகசக்தி யுண்டு; அது அவ்வுணர்வுடன் வளர்ந்து, அது துலங்கி, மேலோங்கிப் பூரணம் பெறத் துணை செய்கிறது. இச்சக்தியே யோகசக்தியாம். அது நமது ஆதார சக்கிரங்களிலெல்லாம் சுருண்டுறங்குகிறது; மூலாதாரத்தில் அது தாந்திரிகர் சொல்லும் குண்டலினி சக்தியாயிருக்கிறது. ஆனால் அது நமக்கு மேலே, நமது தலைக்கு மேலே தெய்வசக்தியாகவும் உள்ளது,—அங்கே அது சுருண்டு, அடங்கி உறங்காமல், விழித்து, உணர்வுடன், சக்தி பெற்றுப் பரந்து விரிந்துள்ளது; அது அங்கே

தன்னை விளக்கக் காத்துக்கொண்டிருக்கிறது; இதுவே அன்னையின் சக்தி; இந்தச் சக்திக்கே நாம் நம்மை மலர்த்த வேண்டும். அது மனத்தில் திவ்ய மானஸ சக்தி அல்லது விசுவ மானஸ சக்தியாக விளங்குகிறது. வியக்தி மனத்திற்கு இயலாததெல்லாம் இத்திவ்விய மனம் செய்யமுடியும். அப்போது அது யோக மானஸ சக்தியாம். அதேமாதிரி, அது பிராணன் அல்லது சரீரத்தில் விளங்கிச் செயல் புரியும்போது, யோகப்ராண சக்தி யாகவும், யோகசரீர சக்தியாகவும் துலங்கும். அது (அன்னையின் சக்தி) இந்த உருக்களாக வெல்லாம் விழித்தெழுந்து, வெளியும் மேலும் தெறித்தோங்கும்; கீழிருந்து விசாலமாகப்பரவும்; அல்லது அது கீழேயிறங்கி, பொருள்களுக்குரிய கிரியாசக்தியாக விளங்கும்; அது உடலிற்பாய்ந்து, செயல்புரிந்து, தனது ஆட்சியை நாட்டி, மேலிருந்து விசாலமாகப் பரவி, நமது கீழான பகுதிகளை நமது மிகமேலான தத்துவங்களுடனிணைத்து, ஜீவனைக் கட்டவிழ்த்து, விசுவாத்மபாவனை, அனன்ய பாவனை அல்லது பரம் பாவனையில் உய்க்கும்.

*
* *

நமது யோக ஸாதனத்தில், ஆதாரசக்கிரங்களில் ஒவ்வொன்றிற்கும் குறித்த அத்யாத்மப் பயனும், பொதுவான காரியமும் உண்டு. இவையே ஆதாரங்களின் விசேஷ சக்திகளுக்கும் கிரியைகளுக்கும் மூலமாகும். அவசேதனம் (Subconscient) மட்டும், சரீரத்தை மூலாதாரம் ஆளுகிறது. அடிவயிற்றிலுள்ள சக்கரமான சுவாதீஷ்டானம் கீழ்ப் பிராணத்தை ஆளுகிறது; நாபி பத்மமாகிய மணிபூரகம் விசாலப்பிராணனை ஆளுகிறது; ஹ்ருத்பத்மம் அல்லது ஆனுஹதம் மனோதர்மங்

களை ஆளுகிறது; கண்டசக்கிரம் அல்லது விசுத்தம் வாக்கையும், பகிர்முகமாக்கும் மனத்தையும் ஆளுகிறது. புருவமத்தியிலுள்ள ஆக்ஞாசக்கிரம் வீறுற்ற மனம், இச்சை, காட்சி, மனோசிருஷ்டி முதலியவற்றை ஆளுகிறது; உச்சியிலுள்ள ஸஹஸ்ராரதளம், உன்னதமான புத்தியை ஆளுகிறது; அதனினும் உயர்ந்த ஒள்ளிய மனத்தை ஆளுகிறது; மிகவும் உச்சத்தில், அந்தர்ஞானத்திற்கு வழிதிறக்கிறது; அந்த அந்தர்ஞானத்தின்மூலம், அல்லது தானே வெள்ளமாகப் பொழிந்து, அதிமனம் (Over-mind) மற்ற ஆதாரங்களுடன் கூடுகிறது; அல்லது நெருங்கி உறவாடுகிறது.

*
* *

நமது யோகத்தில், அவசேதனம் (Subconscient) என்பது, நமது ஜீவனில் முற்றும் அமிழ்ந்துபோன பாகமாம்; அதில் விழிப்புணர்வும் பொருத்தமுமுள்ள நினைப்பு, இச்சை, பரிசம், முறையான எதிர்ச்சி (பிரதிக்கிரியை) இல்லை. இருப்பினும், அது பொருட்பதிவுகளை மறைவாக வாங்கித் தன்னுட் சேர்த்து வைக்கிறது; அதனின்றும் பலவகையான தூண்டுதல்களும் விநோதவுருக்களிற் கரந்து, கண்டபடி ஆவர்த்திக்கும் பிடிவாதமான அப்பியாசப் பிரவர்த்திகளும், கனவிலும், நனவிலும் கிளர்ந்தெழுகின்றன. ஏனெனில் இந்த ஸம்ஸ்காரங்கள், தாறுமாறாகக் கனவில் தோன்றுமானால் விழிப்பிலும் தோன்றமுடியும், தோன்றுவன. அவை பழைய எண்ணங்கள், பழைய மனம் உயிர் உடற்பழக்கங்கள் இவற்றின் யந்திரம்போன்ற புனரா விருத்தியாகத் தோன்றலாம்; அல்லது, நமது சங்கற்பத்தினின்றுண்டாகாமல், அதன் காட்சிகள், விருப்பம், ஆணைகளுக்கு எதிரான உணர்வுகள், செயல்கள் ஆவேகங்களின் மறை

வான தூண்டுதலாகவும் தோன்றும். அவசேதனத்தில் பிடிவாதமான பூர்வ ஸம்ஸ்காரங்கள் நிறைந்த ஓர் இருண்டமனம் உள்ளது; வழக்கமான வாசனைகள், புலனுணர்வுகள், நரம்பெதிர்ச்சிகளின் விதைகள் மலிந்த ஒரு தெளிவற்ற உயிர் உள்ளது. தேக சம்பந்த மான நிலையை அதிகமாக ஆளும் தாமதம் மிகுந்த ஓர் அன்னமயகோசம் உள்ளது. இதுவே மிகுதியாக நமது நோய்களுக்குப் பொறுப்பாவது; தூலசேதனத்திற்படிந்த ஸம்ஸ்காரங்களைப் பிடிவாதமாக நினைத்துப் புனருத்திசெய்யும் இந்த அவசேதனமே நாட்பட்ட அல்லது முறைநோய்களுக்குக் காரணமாகும். ஆனால் அவசேதனத்தை, நமது ஜீவனின் மேன்மையானபாகங்களான, அந்தர் ஸூக்ஷ்ம பௌதிக சைதன்யம், அந்தர் ப்ராணன், அந்தர் மனஸ் இவற்றினின்று முற்றிலும் வேறாகவே அறியவேண்டும். ஏனெனில் இவை தாறுமாறாயில்லை; இவை நமது வெளி யுணர்வினின்றே மறைந்துள்ளன. இவற்றின் மூலம் நமது வெளியுணர்வு எப்போதும் ஏதேனும் அடைகிறது; அதன் மூலத்தை மட்டும் அது பெரும்பாலும் அறிவதில்லை.

*
* *

நாம் காணும் ஜடவுலகிற்குமேல் (ஸ்வத : ஸித்த மான) ஒரு பிராணலோகம் உள்ளது; இந்தப் பிராண ஜடலோகங்களுக்கு மேலே (ஸ்வத : ஸித்தமான) ஒரு மனோலோகம் உள்ளது. இந்த மன, பிராண, பௌதிக லோகங்கள் சேர்ந்து நமது கீழ்ப்பாதியான மூவுலகங்களாம். பரிணாமக்கிரமத்தால் இவை பிருதிவி சேதனத்தில் நிலை நிற்கின்றன; பரிணாமத்திற்கு முன்பு,

இவை பிரதிவி சேதனத்திற்கும், பௌதிக லோகத்திற்கும் மேலிருந்தன.

*
* *

மனிதனது உயிரியல்பிற்கும் பின்னுல் உண்மையான உயிர்நிலை சலனமின்றி மறைந்துள்ளது; அது புறவுயிரினின்றும் வேருனது. புறவுயிர் மட்டு, மடம், குறுகல்; தாமஸ வாசனைகள், பாசங்கள், நைப்பாசைகள், புரட்சிகள், இன்ப துன்பங்கள், நிலையற்ற சுக துக்கங்கள், கிளர்ச்சி தளர்ச்சிகளால் நிறைந்தது. இதற்கு மாருக, உண்மையான உயிர் நிலை, விரிந்து விசாலமாய் அமைதியாய், எல்லையற்றதாய், வலிமை உறுதி நிலைப்புடன் கூடி, எல்லா ஆற்றலும், அறிவும், ஆனந்தமும் வல்லதாயிருக்கிறது. மேலும் அது அகங்காரமற்றது; ஏனெனில் இறைவனிச்சையாற் போந்த உபகரணம் என்று அது தன்னை யறிகிறது. அது தூய, உத்தம தெய்வீகப் போர்வீரனும்; இதில் தெய்வ சித்திகளுக்கெல்லாம் துணையான ஒரு கரணசக்தியுள்ளது. இந்த உண்மையான பிராணமய புருஷனே உன்னுள் விழித்தெழுந்து முன்னிற்கிறது. இம்மாதிரியே உண்மையான மனோமய புருஷனும், அன்னமய புருஷனும் உண்டு. அவைவிளங்கும்போது, உன்னுள் இரண்டு வகையான ஜீவநிலை காணும்; இவற்றுள், உள்ளிருப்பது எப்போதும் அமைதியாகவும், உறுதியாகவும்இருக்கும். மேலாக இருப்பதே கலங்கித் தெளிவற்றதா யிருக்கும். ஆனல் பின்னிருக்கும் உண்மை யுயிர்நிலை உறுதியாகி, அதில் நீ நிலைத்திருந்தால், பிறகு கலக்கமும், இருளும் மேலாகவே யிருக்கும்; இந்நிலையில் மேற்பாகங்களைத்

திறமையாகப் பயிற்றி அவற்றையும் விடுவித்துப் பூரண மாக்கலாம்.

*
* *

சாதாரண வழக்கத்தில், "மனம்" என்பது, ஜீவசேதனம் முழுதையும் குறிக்கிறது; ஏனெனில் மனிதன் மனோமயன்; அவன் அனைத்தையும் மனோ மய மாக்குகிறான்; ஆனால், இந்த யோக பரிபாஷையில் "மனம்", "மனோமயம்" என்பவை, தெரிவு, அறிவு, பாவனைகள், மானத அல்லது சிந்தனைக் காட்சிகள், பதார்த்தங்களைப் பற்றிச் சிந்தனையின் பிரதிகாரங்கள், உண்மையான மனோ விருத்திகள், ரசனைகள், மனக் காட்சி, சங்கற்பம் ஆகிய மனித வியல்பின் பாகங்க ளையே குறிக்கும். இவையெல்லாம் புத்தியின் அம்ஸங்க ளாம். பிராணனிலும் ஒரு வகை மனம் மறைந்திருப்பி னும், அதை மனோமயத்தினின்றும் வேறாக அறிய வேண்டும். வீரியம் உயிரியல்புள்ளது; பிராணன் ஜீவத்தன்மை கொண்டது; விஷய வாசனைகள், வேத னங்கள், ஆசாபாசங்கள், காரியத்திறமைகள், காம ஸங்கற்பங்கள், ஆகாங்க்ஷைகள் நிறைந்த அந்தக் கர ணத்தின் பிரதிகாரங்கள், அகந்தை மமதை யுணர்வி னின்றெழும் காமம், குரோதம், லோபம், பயம் முத லிய தன்மைகளால் ஆனது பிராணமயம். உணர் வின் மேற்பரப்பில், மனமும் பிராணனும் கலந்துள் ளன; ஆனால் அவை தாமே முற்றுந் தனித்தனியான சக்திகள்; சாதாரண வெளி யுணர்வைத் தாண்டிச் சென்றவன் மனம் வேறு பிராணன் வேறென்று காண்பான்; ஒவ்வொன்றின் தாரதம்யங்களையும் அறி வான்; அவற்றின் புறக்கலப்புகளை அறிவினால் பகுத்தா ராய வியல்வான். இறைவனை அல்லது யோகாதர்

சத்தை ஒப்புக்கொள்ள மனத்திற்கு வெகு நாள், சில சமயம் நீண்டகாலம் பிடிக்கும். பிராணனே அவநம்பிக்கை கொண்டது; சரணற்றது; தனது ஆசாபாச வழியைப் பிடிவாதமாகப் பற்றி, சாமான்ய ஜீவ னுகர்ஷணத்தில் உழல்வது. மனத்திற்கும் பிராணனுக்கும் உள்ள பிரிவும் முரணுமே சாதனத்தில் வரும் கடுமையான தொல்லைகளுக்குக் காரணமாம்.

*
* *

உன்னுள்ளே நடப்பதை யெல்லாம், மானஸஜீவன் கவனித்துப் பார்த்து நிதானிக்கிறது. இதயாத்மன் இந்தமாதிரி சாட்சியாக நோக்குவதில்லை; அது இயல்பிலேயே தூயது; தெய்வப்புலமையுள்ளது; அதனல் அது அனைத்தையும் இன்னும் இயல்பாக, நேராக, தெளிவாக உணர்ந்தறிகிறது. அதனல் அது முன்னுறும்போதெல்லாம், உன்னியல்பிலுள்ள நல்ல இயக்கங்களும், கெட்ட இயக்கங்களும் இன்னவை யென்று பளிச்சென விளக்கும்.

அடியில் வரும் தத்துவங்களின் தொகுப்பே மனிதன் :—(1) பின்னிருந்து அனைத்தையும் தாங்கும் இதய புருஷன் அல்லது சைத்யான்மா; (2) உள் மனம், உள்ளுயிர், உள்ளுடல்; (3) இவற்றின் விளக்கக் கருவியான மனமுயிருடலின் புறவியல்பு; (4) இவற்றையெல்லாம் தனது விளக்கத்திற்குப் பயன் படுத்திக் கொண்டு, இவற்றிற்கெல்லாம் மேலாயிருப்பது நமது நடுப்பொருளான ஜீவாத்மா : அது தெய்வாம்சமானது; வெளி மனிதனுக்கு, தனது யதார்த்தமான இந்த ஜீவாத்மா மறைந்துள்ளது; தானுன இந்த அந்தராத்ம ஸ்வரூபத்திற்குப் பதிலாக அவன் தனது மன, வீரிய அகங்காரத்தைப் புகுத்துகிறுன்.

தம்மைத்தாம் அறியத் தொடங்கியோரே தமது சொரூபமான ஜீவாத்மாவை யறிவர்; இருப்பினும், அது மனம், உயிர், உடலின் செயல்களுக்குப் பின்னே நின்றுகொண்டிருக்கிறது. தெய்வச்சுடர்ப் பொறியான சைத்யான்மா அதன் பிரதிநிதியா யிருக்கிறது. தன்னியல்பில் இந்தச் சைத்ய தத்துவ விகாசத்தினுலேதான், ஒருவன் மேலுள்ள ஆத்மாவைச் சாக்ஷாத் கரிக்கத் தொடங்குகிறுன். அவ்வாருகி, ஜீவாத்மா தனது சைதன்ய சக்தியால், இயற்கையின் இயக்கங்களை அடக்கி, முறைவகுத்து ஆளும்போதே ஒருவன் கேவலம் சிறிது மனோஜயத்தினும் அறநெறியாட்சியினும் மேலான, உண்மையான அத்யாத்ம சித்திபெறுகிறுன்.

* * *

"நடுப்பொருள்" அல்லது ஆன்மா என்பது நம்மிடம் உள்ள தெய்வாம்ஸத்தையே குறிக்கும்; அது மற்றனைத்திற்கும் ஆதாரமாகி, பிறப்பிறப்பைக் கடந்தாயுள்ளது.நடுப்பொருளுக்கு இரண்டு உருக்கள்உண்டு: (1) மேலே அது நமது ஸ்வரூபமான ஜீவாத்மாவாம்; உன்னதமான அத்யாத்ம ஞானம் மலரும்போது அதை நாம் அறிவோம். (2) கீழே அது மனம், உயிர், உடலுக்குப் பின்னிற்கும் இதயபுருஷனும். ஜீவாத்மா ஜீவன விளக்கத்திற்கு மேலிருந்து, அதற்குத் தலைமை வகிக்கிறது; இதய புருஷன் ஜீவன விளக்கத்தின் பின்னிருந்து அதைத் தாங்குகிறது.

தன்னைக் குழந்தை, தேவகுமாரன், பக்தன் என்றுணர்வதே இதய புருஷன் இயல்பு; அது தெய்வாம்ஸமே; மூலத்தில் ஏகமே; ஆனல் தெய்வ விளக்கத்திற்குரிய காரியசக்தியில் இந்த ஐக்கியத்திலும் பேதமுண்டு.

இதற்குமாருக, ஜீவாத்மா தானே தானுயிருக்கிறது ; அது ஐக்கிய பாவனையில் பரமாத்மாவுடன் கலந்து போகவல்லது; ஆனுல் அதுவும் அருள் விளக்கத்தின் தீவிரத்தில், தலைமை கொள்ளும்போது, தன்னைப் பரமேசுவரன் என்றெண்ணுமல், அநேகனுன பரமாத்மாவின் ஒரு கேந்திரம் (நடு) என்றே யறியும். இவ்வேறுபாட்டை நினைப்பில் வைக்க வேண்டியது அவசியம் ; இன்றேல், ஒருதுளி ராஜஸ அகங்காரம் இருப்பினும், ஒருவன் தன்னை அவதாரம் என்று செருக்குறத் தொடங்குவான் ; அல்லது இராம கிருஷ்ணர் சீடனுன ஹ்ருதயனைப்போல உன்மத்தங் கொள்வான்.

* * *

ஆத்மா, பிரம்மம், பரமாத்ம ஸத்வம் ஆம். பகவான், தனது அந்தர் ஹிதமான நானுபாவனைகளை விளக்கும்போது, இந்த ஆத்மா அல்லது ஆத்ம ஸத்வம் அந்த விளக்கத்திற்காகப் பிரதம புருஷனுக மேலிருந்து இங்கே தனது வியக்திகளுக்கும், உலக ஜீவனங்களுக்கும் தலைமை வகிக்கிறது ; ஆனுல் அது தானே பகவானின் நித்யாம்ஸமாய்,ஜகத்விகாசத்திற்கு முன்பே யுள்ளது—பரப்ரக்ருதிர் ஜீவபூத : இக்கீழுலகில் அல்லது அபரப்ரகிருதியில், இந்த நித்திய தெய்வாம்ஸம், தெய்வக்கனலின் ஒரு பொறியாகிய ஜீவனுக விளங்கி, மனம், உயிர், உடலைத் தாங்கி, அவரவர் பரிணுமத்தையும் தாங்குகிறது. கனலாக வளரும் இத்தெய்வப் பொறியே சைத்யான்மா ; உணர்வின் வளர்ச்சிக்கேற்றபடி அது மேலோங்கும். ஆதலின் சைத்யான்மா பரிணுமத்திற்கு முன்னுள்ள ஜீவாத்மாவைப் போலன்றி, பரிணுமனுக விளங்குகிறது.

ஆனால் மனிதன், தன்னை அல்லது ஜீவாத்மாவை அறிவதில்லை ; அவன் தனது அஹங்காரத்தையே அறிகிறான் ; அல்லது உயிரையும் உடலையும் ஆளும் மனத்தையே அறிவான். ஆனால் உள்ளாழ்ந்தால், மனிதன் ஆன்மா அல்லது இதயபுருஷனையே தனது உண்மையான நடுப்பொருள் அல்லது உள்ளத்திலுள்ள புருஷன் என்றறிவான் ; பரிணாமத்தில் இந்த இதயபுருஷனே நடுப்பொருளாம். அது ஜீவாத்மாவிற்போந்து, நித்திய தெய்வாம்ஸமான ஜீவாத்ம ப்ரதிநிதியாக விளங்குகிறது. பூரண சைதன்ய நிலையில் ஜீவாத்மாவும் இதயபுருஷனும் ஒன்றுகூடும்.

அஹங்காரம் பிரகிருதியின் அமைப்பு ; அது வெறும் ஸ்தூல ப்ரகிருதியின் அமைப்பு மட்டுமல்ல ; அதனால் அது உடம்புடன் ஒழிவதில்லை. மானஸ அஹங்காரமும் பிராணாஹங்காரமும் உள்ளன.

இங்கே ஜடவுணர்வின் அடிப்படை அறியாமை மட்டுமல்ல ; உணராமையுமாம். —அதாவது ஜடவுருவிலும், ஜடசக்தியிலும் உணர்வு உட்பொதிந்திருக்கிறது. ஜடவுணர்வு மட்டுமல்ல; உயிர், மன வுணர்வுகளும் அறியாமையால் உண்மையினின்றும் பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.

* * *

வடமொழியில், " ஜீவன் " என்ற சொல்லுக்கு இரண்டு பொருளுண்டு : (1) *உயிர்வாழ்வன ; (2) பிறவிக்குப் பிறவி, பரிணாமத்தில் உயிர்ப்பிராணியைத் தாங்கிச் செல்லும் வியக்தி ஆத்மா. பின் பொருளில் அதன் முழுப்பெயர் ஜீவாத்மா, உயிர்களின் ஆத்மா அல்லது நித்யஸ்வரூபமாம். கீதையில் அது " சநாதன

---

*வங்காளத்தில், யாராயினும் சிற்றுயிர்களைக் கொல்லப் போனால், " கொல்லாதே அது கிருஷ்ண ஜீவன் " என்பர்.

தெய்வாம்ஸம்" என்று உருவகப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. அதற்குக் "கூறுபாடு" என்பது வலியசொல்; அது வடிவங்களுக்கேயொழிய, அவற்றுள்ளிருக்கும் ஆத்மாவிற்குப் பொருந்தாது. மேலும் "அநேகன்" என்பது சிருஷ்டிக்கு முன்பேயுள்ள நித்திய தத்துவம்.

"வியக்தி ஜீவன், அல்லது பிராணியில் ஆன்மாவான அநேகன்" என்பதே ஜீவாத்மாவின் விரிவான வர்ணனையாகும். ஜீவாத்மா மூலத்தில் மாறுவதில்லை; ஓங்குவதில்லை; அதன் சத்துவம் உருவிளக்கத்திற்கும் மேம்பட்டது; பரிணாமத்தாலும், இயற்கையின் மற்றப் பாகத்தை யெல்லாம் தாங்கி மேலோங்கும் இதய புருஷனே அதன் பிரதிநிதியாம்.

பிரஹ்மம் பகுப்பற்றதால், ஜீவனுக்குத் தனியிருக்கையில்லை என்னும் அத்வைதவேதாந்தம்(ஏகான்ம வாதம்). மற்றொரு சித்தாந்தம், ஜீவன் உண்மை; ஆனால் அதற்குச் சுயாதீனமில்லை; அதாவது, மூலத்தில் ஜீவன் அபேதம்; விளக்கத்தில் பேதம்; விளக்கம் உண்மை, நித்தியம், மாயையல்ல; ஆதலால் ஜீவனும் அசத்தல்ல என்னும். துவைத சித்தாந்தம், ஜீவன் தனிப்பொருள் என்று வலியுறுத்தும். இறை, உயிர், இயற்கை ஆகிய முப்பொருளுண்மையைச் சம்மதிக்கும்.

*
* *

ஜீவன் பிறவியெடுக்கும் ஒவ்வொரு தடவையும், அதன் பூர்வபரிபாகத்திற்கும், இனித்தேவைக்கும் ஏற்றபடி, விசுவப்பிரகிருதியின் உபகரணங்களினின்று அதற்கு ஒருமனம், உயிர் உடல் அமைக்கப்படும்.

உடல் அழிந்ததும், உயிர், பிராணலோகத்திற்குப் போய், அங்கே சிலகாலம் இருக்கும்; கொஞ்சகாலத்திற்குப் பிறகு, பிராணகோசம் மறையும்.

இறுதியில் அழிவது மனோமயகோசமே. முடிவில் ஜீவன், அல்லது இதய புருஷன் சைத்யலோகத்திற்குப் போய், புதுப்பிறவி யெய்துமட்டும் அங்கே இளைப் பாறும்.

சாதாரண பக்குவமுள்ள நரஜீவர்களுக்கு, பொது வாக இதே கதிதான். ஆளின் இயல்பிற்கும், பரிபக்கு வத்திற்கும் தக்கபடி வேறுபாடுகளுண்டு. உதாரண மாக, மனம் உறுதியான பரிபக்குவ மடைந்திருந்தால், மனோமய ஜீவன் நிலைத்து நிற்கும் ; அவ்வாறே பிராண னும் ; ஆனால் இவை உண்மையான சைத்ய புருஷனால் ஒழுங்குற்று, அவனை நடுவாகக் கொண்டு அமைய வேண்டும் ; அப்போது அவை சைத்ய புருஷனது அம ரத் தன்மையில் பங்கு கொள்ளும்.

ஜீவன் ஜீவனனுபவங்களைச் சேர்த்து, அவற் றையே பரிணாமத்தில் தனது வளர்ச்சிக்கு ஆதாரமாக்கு கிறது ; மறுபிறப்பில், மேற்கொண்டு புதிய ஜீவனனு பவத்திற்கு வேண்டிய அளவு கருமத்தை தனது மன பிராண அன்னகோசங்களுடன் கொண்டு வருகிறது.

ஜீவனின் பிராண பாகத்திற்கே சிரார்த்தாதிக் கிரியைகள் செய்யப்படுகின்றன. மண்ணுலகம் அல்லது பிராணலோகங்களுடன் இன்னும் ஜீவனைப் பிணைக்கும் உயிர்ச் சுழற்சிகளைப் போக்கி, விரைவில் அது ஆத்ம சாந்தி யடையச் செய்வதே மேற்படி சிரார்த்தாதிக் கிரியைகளின் நோக்கம்.

*
* *

மானவ சேதனம் வெளியிலுள்ள விசுவ சேதன மாக விரிந்து, அதனுடன் எல்லா வகையான உறவுங் கொண்டு, அதனை ஊடுருவும் ; அதன் இயக்கங்களை யறியும் ; அதிற் செயல் புரியும் ; அதன் பயனை வாங்

கிக் கொள்ளும் ; அதற்குச் சரிநிகராகி, அதைத் தன்னுள் இருத்திக் கொள்ளும். பழைய யோக மொழியில் "உன்னுள் பிரம்மாண்டம் உள்ளது" என்பதன் பொருள் இதுவே.

உலகம், உலகான்மா, உலகியல்பு, அதிலடங்கிய உயிர்கள், சக்திகள் ஆகிய அனைத்தின் உணர்வே விசுவசேதனம் அல்லது உலகுணர்வாகும். இவையெல்லாம், தனி ஆள் தனித்துணர்வதுபோல, அனைத்தையும் பூரணமாக உணர்கின்றன. அவ்வுணர்வின் வகை வேறு. தனி மனிதன் உணர்வு இப்பூரண வுணர்வின் ஒரு பாகமே ; ஆனால் அது தன்னைப் பிரித்துத் தனித்துணரும் பாகமாகும். இருப்பினும், தனி ஆளின் தகுதி பெரும்பாலும், எப்போதும், உலகுணர்வினின்றே வருகிறது. ஆனால் தனியனுக்கும் உலகுணர்விற்கும் இடையே வேறுபடுத்தும் அறியாமைச் சுவர் நிற்கிறது. இந்தப் பேதச் சுவர் தகர்ந்தவுடனே விசுவான்மா, விசுவப் பிரகிருதிசேதனம் (உலகியற்கையுணர்வு), அதில் விளையாடும் சக்திகள் அனைத்தையும் மனிதன் அறிகிறான் ; இப்போது தூலப்பொருள்களையும், ஸ்பரிசங்களையும் உணர்வதுபோலவே மேற்சொன்னதை யெல்லாம் உணர்கிறான் ; அனைத்தும் அதிவிசாலமான தனது விசுவாத்மாவுடன் ஒன்றெனக் காண்கிறான்.

உலகளாவிய மன, பிராண, அன்னமயப் பிரகிருதியுண்டு ; இவற்றில் தேர்ந்தெடுத்த சக்திகளினின்றும் இயக்கங்களினின்றுமே தனி மனிதனது மனமும், உயிரும் உடலும் ஆக்கப்படுகின்றன. இந்த மனம், உயிர், உடலியற்கைக்கு அப்பாலிருந்து ஆத்மா வருகிறது. இது பரம்பொருளுக்குரியது ; அதனாலேதான்

அதீதமான பராப்ரகிருதிக்கு நம்மை நாம் மலர்ப்பிக்க முடிகிறது.

பரமன் எப்போதும் பலபான்மையான ஒருவனே யாவன். இப் பன்மையின் கூறே தனியான்மா ; அது உலகியற்கையில் பரிணமிக்க முன்வைப்பதே சைத்ய புருஷன் (உள்ளத்தான்). முக்தி நிலையில் ஜீவாத்மா தன்னை ஏகனாகவே அறிகிறது (அதுவும் அநேகமே). ஜீவாத்மா ஏகத்தில் மூழ்கி, அதன் மார்பில் மறைந்து போவதே அத்வைதம் கூறும் லயம் ஆகும் ; சாயுஜ்ய மடைந்த ஜீவாத்மா, அனந்த குணனாகிய ஒருவனது அம்ஸ ரூபமாகவே தன்னையுணர்ந்து, தெய்வானந்த மெய்துவது விசிஷ்டாத்வைத முக்தியாகும் ; அது பல பான்மையனை அவாவி,நித்திய பிருந்தாவனத்தில், கிருஷ்ணனுடன் விளையாடிக்கொண் டிருக்கலாம் ; இது துவைத முக்தியாகும். அல்லது முக்தியடைந்தும், ஜீவாத்மா, திருவிளையாட்டில், அல்லது அருள் விளக்கத்தில் பங்கு கொண்டிருக்கலாம் ; அல்லது அதில் அடிக்கடி அவதரிக்கலாம். மனிதனது தத்துவ ஆராய்ச்சியில் தெய்வம் கட்டுப்பட்டதல்ல. அது லீலையிலும் சுதந்திர மானது ; தற்பரத்திலும் சுதந்திரமானது.

* * *

புவனங்களை ஆக்கி, இயக்கும் சின்மய சக்தியின் வெளியுருவான கிரியா ஸ்வரூபமே பிரகிருதி அல்லது இயற்கை என்பது. இந்த வெளிவடிவமே இவ்வுலகில் முக்குணங்களாகவும், குணசக்திகளின் ஆடல் முதலியவைகளாகவும் தோன்றுகிறது. அதன் பின்னே, ஜீவமுள்ள சைதன்யமான தெய்வசக்தியுள்ளது. அப

ரம் (கீழ்) பரம் (மேல்) எனப் பிரகிருதி இருபகுப் புடைத்து. அபரம் அவித்யாப் பிரகிருதியாம்; அது தெய்வத்தினின்று பிரிவுணர்ச்சிகொண்ட மனம் உயிர் உடலியற்கையாம்; பரம், சச்சிதானந்த பகவானது, திவ்யப் பிரகிருதியாம். அது விக்ஞான விகாச சக்தி யுடன் கூடியதாய், எப்போதும் கடவுளறிவுடன், அவித்தையினின்றும், அதன் பலன்களினின்றும் விடு பட் டிருப்பது. அறியாமையில் உழலு மட்டும், மனிதன் கீழியல்பிற்கு ஆளாகிறுன்; அத்யாத்ம வளர்ச்சியால் அவன் திவ்யப்பிரகிருயை அறிந்து, கூட, நாடுகிறுன். அவன் மேலோங்கி அதைப் பெறலாம்; அல்லது அதுவே கீழிறங்கி அவனுட் புகலாம்; இத்தகைய ஏற்ற மும் இறக்கமும் மனம் உயிர் உடலின் கீழியல்பை மாற்றமுடியும்.

*
* *

முன்னே அதிமனத்தை (Over-mind) அடைந்து, கீழே இறக்கிஞலன்றி, விஞ்ஞான இறக்கம் இய லாதாம்; ஏனெனில் அதிமனமே ஒருவன் மனத்தி னின்று விஞ்ஞானத்திற்குப் போகும் வழியாகும்.

பொருளாக்க வுண்மையின் வெவ்வேறு முஸ்திப் புகளெல்லாம் அதிமனத்தினின்றே உண்டாகின்றன. அதிமனத்தினின்றும் அவை அந்தர் ஞானத்திற்கு இறங்கி, அதனின்றும் ஒளிபெற்ற உயர் மனத்திற்கு மாறி, அங்கிருந்து நமது புத்திக்கு எட்டும்படி ஏற்படு கின்றன. ஆனுல் அவை இவ்வாறு மாறிக் கீழ்ப்படி களுக்கு வரவரத் தமது சக்தியை இழக்கின்றன. அவை சாக்ஷாத்கரித்த சத்திய சக்தியை மனித மனத்திற்கு

வந்ததும் இழந்துவிடுகின்றன ; ஏனெனில் மனித மூளைக்கு அவை வெறும் மனோ பாவனைகளாகவே தோன்றுகின்றன; அனுபூதி உண்மையாகவும்,சாக்ஷாத் காரமாகவும், மறுக்க முடியாத, உறுதியான அனுபவத்துடன் கூடிய, சக்தி பொருந்திய நிதர்சனமாகவும் அவை மனித மூளைக்குத் தோன்றுவதில்லை.

சச்சிதானந்தத்திற்கும், கீழுலக சிருஷ்டிக்கும் இடையே விஞ்ஞானம் உள்ளது. அதுவே சுயநிச்சயமான தெய்வசேதன உண்மையைத் தன்னுட்கொண்டிருக்கிறது. சத்திய சிருஷ்டிக்கு அது அவசியமானது.

மனம் உயிர் உடல் சம்பந்தமான சச்சிதானந்தத்தையும் ஒருவன் அடையக்கூடுமென்பது துண்மையே ; ஆனால் அது ஒரு நிலையிலுன்றிக் கீழியல்பைத் தாங்குமே யொழிய அதை மாற்றாது ; கீழியல்பை மாற்றவல்லது விஞ்ஞானமேயாம்.

*
* *

சச்சிதானந்தம் முத்தன்மை பொருந்திய ஒரு பொருள். பரமாத்மாவில் இம்மூன்றும் மூன்றாயிராது, ஒன்றாயிருக்கும் - சத்தே சித்தாம், சித்தே ஆனந்தமாம் ; இவ்வாறு அவை பிரியாதிருக்கின்றன ; பிரியாதிருப்பதுடன் வேறுபாடே தெரியாமல், ஒன்றிலொன்றா யிருக்கின்றன. அருள் விளக்கத்தின் உச்சநிலைகளில், அவை முச்சேர்வா யிருக்கின்றன. மூன்றும் பிரியாதிருப்பினும், ஒன்றை முதன்மை யாக்கி, மற்றிரண்டையும் அடிப்படையாக்கவோ தலைமையாக்கவோ இயலும்.

கீழ்த்தர பூமிகளில், அவை வெவ்வேருகத் தோன்றுகின்றன ; எனினும் உள்ளுண்மையில் அவ்வாறில்லே. மற்றவை யின்றியே ஒன்று புறத்தே வாழலாம். அதனுலேதான், தன்னுணர்வற்ற துன்பவாழ்வை அல்லது ஆனந்தமற்ற அறிவை நாம் அனுபவிக்கிருேம். இவ்வாறு அனுபவத்தில், சத்து, சித்து, ஆனந்தம் ஆகிய மூன்றும் பிரியாதிருந்தால் நோய், மடமை, பொய், சாவு, நாம் ஜடத்வம் என்னும் நிலைமை - இவையெல்லாம் தோன்றி யிராவாம். அவ்வாருயின், ஜடத்தின் அகில அசேதனத்தினின்றும் இக்குறுகிய துக்கசேதனம் கிளர்ந்தேயிராது.



3. சரணமும், திறவும்

இந்த யோகக் கோட்பாடனைத்தும் இதுவே யாம் :— (1) வேறு எவர்க்கும், எதற்கும் இன்றி, இறைவனுக்கே முற்றிலும் தன்னையீதல். (2) தெய்வத் தாயுடன் இணைந்து, விஞ்ஞானக் கடவுளின் பரஞ் சோதி, சக்தி, விசாலத்வம், சாந்தம், சுத்தம், சத்யசேத னம், ஆனந்தம் ஆகியவற்றை நம்முள்ளே கொண் டுய்த்தல்.

*
* *

பரமோன்னத ஆன்மா முதல், ஜடம் வரையில் சகல ஜீவபாகங்களிலும் முழு நிறைவெய்தி, முற்றிலும் தன்னையளித்து, ஜீவனை யெல்லாம் நிவேதித்து, உடலி லும், கீழான ஜடவியல்பிலுங்கூடப் பரமானந்தத்தை இறங்க அழைக்கும் பூரணமான பகவத் பிரேமையின் மூர்த்தியே ராதையாம்.

*
* *

"சுத்தம்" என்பது தெய்வாதீனந் தவிரப் பராதீன மெதையும் ஏலாமையாம்.

*
* *

சிரத்தை யென்பது, தெய்வம் தூண்டி வழிநடத் தும் இயக்கங்களைத் தவிர வேறெந்த இயக்கத்தையும் ஒப்பாமையும் துலக்காமையும் ஆகும்.

*
* *

நேர்மை யாவது, ஜீவவிருத்திக ளனைத்தையும், ஏற் கெனவே அடைந்திருக்கும் மிக மேலான உணர்விற் கும், ஆத்மானுபவத்திற்கும் உயர்த்தலாம்.

நடுவான தெய்வ இச்சையைச் சுற்றி, ஜீவன் முழுதையும், அதன் எல்லாப் பாகங்களையும் பொருத்தி இணைத்தலை நேர்மை வற்புறுத்துகிறது.

*
* *

சர்வாங்கங்களிலும் கரவின்றி, யார் தம்மை முற்றிலும் இறைவனுக்களிப்பரோ, அவருக்கு இறைவன் தன்னையே அளிக்கிறான். சாந்தம், ஜோதி, சக்தி, ஆனந்தம், சுதந்திரம், விசாலத்வம், ஞான வுன்னதி, ஆனந்த வாரிகள்—ஆகிய எல்லாம் அவர்களுக்கேயாம்.

*
* *

சரணத்தைப்பற்றிப் பேச்சோ, வெறும் பாவனையோ, அல்லது பூரண நிவேதனத்தைப்பற்றி அசட்டையான விருப்பமோ பயனில்லை; முழுமையாக, அடியோடு மாறுதலுக்கு ஓர் உத்வேகம் வேண்டும்.

கேவலம்ஒரு மனோபாவனையாலும், வெளிமனிதனை இருந்தபடி விட்டு வைக்கும் எத்தனை உள்ளனுபவங்களாலும் இது இயலாது; இவ்வெளி மனிதனே திறந்து, சரண்புகுந்து மாற வேண்டும். அவன், ஒவ்வொரு சிறு இயக்கத்தையும், வழக்கத்தையும், செயலையும் அர்ப்பணித்துத் தெய்வ வொளிக்குத் தூக்கிப் பிடித்துக் காட்ட வேண்டும்; அதன் பழைய வுருக்களையும், உத்தேசங்களையும் அழித்து, அவற்றிற்குப் பதிலாகக் கடவுளுண்மையும், தெய்வத் தாயின் உருமாற்ற வுணர்வும், செயலும் நிலை கொள்ளும்படி அதைத் தெய்வ சக்திக்கு நிவேதிக்க வேண்டும்.

*
* *

நீ சரணை விடுத்து அன்னைக்குத் திறவா யிருப்பதில் பரமார்த்தம் எதுவுமில்லை. இந்த யோகசாதகரிடம் ஆத்ம தானம் அல்லது ஸமர்ப்பணம் வேண்டப்படு

கிறது ; ஏனெனில், மேன்மேலும் அத்தகைய ஸமர்ப் பணமின்றி, இலட்சியத்தை அடையவே இயலாது. திறவென்பது, உன்னுட் செயல் புரிய அன்னையின் சக் தியை அழைப்பதாம்; அதற்குப் பணியாவிட்டால், உன் னுட் செயல் புரிய அச்சக்திக்கு இடமே கொடாதது போலாகும் ; அல்லது, உன்னிச்சைப்படியே அது செய்யவேண்டும் ; தெய்வ வுண்மையின் வழியாகிய அதன் இச்சைப்படிக் கல்ல என்பது போலாகும். இத்தகைய யோசனை ஒரு பகை வன்மையால், அல்லது, மனப் பிராண அகங்காரத்தால் உண்டாவது வழக்கம்; அந்த அஹங்காரம் இறைவனருளை அல்லது திறனை, சுயகாரியத்திற்கு உபயோகிக்கவே வேண்டுகிறது ; தெய்வ காரியத்திற்காக வாழ அது விரும்பவில்லை— அது இறைவனிடமிருந்து இயன்றதைப் பெற்றுக் கொள்ள விரும்புகிறதே யொழிய, தன்னை இறைவனுக் களிக்க விரும்பவில்லை. இதற்கு மாருக, உண்மையான ஜீவன், கடவுள்பால் திரும்பி, விருப்பமுடன் மட்டு மல்ல, ஆவலுடனும், மகிழ்வுடனும் சரணடைகிறது. இந்த யோகத்தில், ஒருவன், ஒவ்வொரு மனுதர்சமான கலையினையும் தாண்டிச் செல்ல வேண்டும். கற்பனைக ளும், ஆதர்சங்களும் மனத்தைச் சேர்ந்தவை ; அவை அரைகுறை உண்மைகளே ; பெரும்பாலும், மனமும் கற்பனைசெய்வதில் மகிழ்வுற்று, கேவலம் ஓர் ஆதர் சத்துடன் திருப்தியடைகிறது ; அதனுல் வாழ்க்கை மாருமல், அல்லது மேலாகச் சிறிது மாறுவது போலத் தோன்றி, எப்போதும் இருந்தபடியே இருக் கிறது. ஆத்மசாதகன் ஆத்மானுபூதியை விட்டுக் கேவ லம் கற்பனை செய்வதிற் புகான் ; பரத்தில் அல்லது இகவாழ்விலும் தெய்வ வுண்மையைத் தெளிவதே அவ

னது இலட்சியமாகும். இதற்கு மனமும் பிராணனும் மாற வேண்டிய தவசியம் ; தெய்வ சக்தியாகிய அன்னையின் செயலுக்கு வணங்காமல் அத்தகைய மாற்றம் இயலாது.

நிர்க்குணோபாசனை வாழ்வை விலகுவோர் வழியாம் ; அவர் ஓர் உயர்ந்த சக்திக்குத் தம்மை மலர்த்தாமல், சரண்புகாமல், சொந்த வுழைப்பினுல் முயல்வது வழக்கம் ; ஏனெனில், நிர்க்குணம் துணைநின்று வழி நடத்தும் வஸ்துவல்ல ; அது அடைய வேண்டிய ஒரு வஸ்து ; அது ஒவ்வொருவர் மார்க்கத்திற்கும் இயல்புத்திறனுக்கும் ஏற்றபடி அடையநிற்கிறது. இதற்கு மாருக, அன்னைக்குத் தன்னை மலர்த்திச் சரண்புகுவதால், ஒருவன் நிர்க்குணத்தையும் மெய்ப்பொருளின் மற்ற ஒவ்வொரு பாவனையையும் அடையமுடியும்.

ஸமர்ப்பணம் படிப்படியாகத்தான் வரும்; யாரும் எடுத்ததும் பூரண ஸமர்ப்பணம் செய்யவியலாது ; அதனுல், ஒருவன் தன்னைச் சோதித்துப் பார்க்கும் போது, ஸமர்ப்பணம் இன்மையைக் காண்பது முற்றிலும் இயல்பேயாம். அதனுல் அடைக்கலக் கொள்கையை மேற்கொண்டு, நிலைக்குநிலை படிப்படியாகச் சாதித்து, மேன்மேலும் நம்மியல்பின் எல்லாப் பாகங்களுக்கும் பிரயோகிக்க ஆட்சேபணையில்லை.

* * *

சாதனப் பூர்வாங்கத்தில்-பூர்வாங்கமாவது சொற்பப்பகுதி என்னேன் —பிரயாசை இன்றியமையாதது; ஸமர்ப்பண முந்தான் ; ஆனுல் சமர்ப்பணம் ஒரே நாளில் செய்யும் காரியமல்ல. மனம் தனக்குரிய பாவனைகளைக் கொண்டு அவற்றைப் பற்றி நிற்கிறது ; நரப்ராணன் ஸமர்ப்பணத்தை

எதிர்க்கிறது. ஏனெனில், ஆரம்ப நிலைகளில், ஒரு கோரிக்கையுடன் சந்தேகம் பிடித்த ஆத்ம தானத்தையே அது ஸமர்ப்பணம் என்கிறது; ஸ்தூல சேதனம் கல்லைப்போன்றிருக்கிறது; அது சமர்ப்பணம் என்பது பெரும்பாலும் அசேதனமே. சைத்ய புருஷனே ஸமர்ப்பண வகையறியும். தொடக்கத்தில் சைத்யபுருஷன் மிக மறைந்திருப்பது வழக்கம். சைத்யபுருஷன் விழித்தால், அது ஜீவன் முழுதும் திடீரென்று உண்மைச் சரணடையச் செய்யும்; ஏனெனில், அப்போது மற்ற பாகங்களின் இடர் விரைவில் தீர்ந்து மறையும். ஆனால், அதுகாறும் பிரயத்தனம் இல்லாமல் தீராது. அருட்சக்தி மேலிருந்து வெள்ளமாக ஜீவனிற் பொழிந்து, சாதனத்தை மேற்கொண்டு, மேன்மேலும் அதைச்செய்து, புருஷப்ரயத்தினத்தை வரவரக் குறைக்கு மட்டாவது, முயற்சி வேண்டும்; ஆனால் அப்போதும் மனம், இச்சை, உயிர், உடல் அனைத்தையும் முற்றிலும் தெய்வசக்தி தன்வசப்படுத்தும் வரையில், பிரயாசை யில்லாவிடினும், ஆர்வமும், விழிப்புமாவது அவசியமாகும். "அன்னை" என்ற நூலின் ஓர் அத்தியாயத்தில் இந்த விஷயத்தை விளக்கியிருப்பதாக நினைக்கிறேன்.

மற்றொருபுறம், பூரண ஸமர்ப்பணம் செய்ய, மாசற்ற திடசங்கற்பத்துடன் தொடங்கும் சிலர் உளர். அவர்களே இதயான்மாவால் ஆளப்படுபவர்; அல்லது தெள்ளிய ஒள்ளிய மனோசக்தியால் ஆளப்படுபவர்; இம்மனோசக்தி ஒருமுறை ஸமர்ப்பணத்தைச் சாதன விதியாகக் கொண்ட பிறகு, வேறு அனர்த்தமில்லாமல், ஜீவனின் இதர பாகங்களும் அதைப் பின்பற்றச் செய்யும். இங்கே இன்னும் பிரயாசையுண்டு;

ஆனால், அது சாதகனுக்கு ஒரு பிரயாசையாகவே தோன்றாது, அவ்வளவு எளிதாகவும், சரளமாகவும் நடக்கும்; தன்னைத் தாங்கும் மஹாசக்தியை அது அத்துணை உணரும். இதற்கு மாறாக, மனத்தில் அல்லது பிராணனில் சுவேச்சையை வைத்துக் கொள்ள விரும்பினால், உனது சுயேச்சையான பிரவர்த்தியை விட அருவருத்தால், முன்னேயுள்ள ஆயுதமாகிய சாதகனுக்கும், பின்னே அல்லது மேலேயுள்ள தெய்வத்திற்கும் இடையிலுள்ள சுவர் தகருமட்டும், உன்னுள்ளே போரும், பிரயாசையும் நடந்து கொண்டே யிருக்கும். இந்த விஷயத்தில் தாரதம்ய மில்லாமல் எல்லாருக்கும் ஒரே விதியை விதிக்க முடியாது; மனித வியல்பின் வேறுபாடுகள் ஒரு திட்டமான விதியில் அடங்காதபடி அவ்வளவு அதிகமா யிருக்கின்றன.

*
* *

தன்னுள் உழைக்கும் தெய்வ சக்தியை, அல்லது அதன் பலன்களையாவது சாதகன் உணரும் நிலைமையுண்டு; அவன் அதன் இறக்கத்தை அல்லது செயலைத் தனது சொந்த மனோ விருத்திகள், பிராணசலனம், உடலின் தமஸ், ஜடத்வம் ஆகியவற்றால் தடுக்க மாட்டான். அதுவே கடவுளுக்குத் தன்னைத் திறத்தலாகும். ஸமர்ப்பணமே திறவிற்குச் சிறந்த வழி; ஆனால், ஸமர்ப்பணம் இல்லாத வரையில் ஆர்வமும், அமைதியும் ஒருவாறு அதைச் செய்யும். ஸமர்ப்பணமாவது: தன்னுள் உள்ளதெல்லாம் தெய்வார்ப்பண மாக்குதல், தான், தனதுடைமை, அனைத்தையும் நிவேதித்தல், தனது சொந்தக் கருத்துக்கள், விருப்பங்கள், பழக்கங்கள் முதலியவற்றில் அழுத்தஞ் செய்யாமல், அவற்றிற்குப் பதிலாக, எங்கும் தெய்வவுண்மை, தனது ஞானம்

இச்சை இவற்றை நாட்டச் சம்மதித்தல் ஆகியவை யாம்.

*
* *

எப்போதும் தெய்வ சக்தியின் ஸ்பரிசத்திலிரு ; அதை எளிதாகச் செய்து, தெய்வசக்தி தனது காரியத்தைச் செய்ய விடுவதே உனக்கு மிகவும் நல்லதாகும். அவசியமான போதெல்லாம், அது நீச சக்திகளைக் கைக்கொண்டு சுத்தமாக்கும் ; மற்றச் சமயங்களில், அவற்றைக் காலியாக்கித் தன்னால் உன்னை நிரப்பும். ஆனால், உன் மனத்திற்குத் தலைமை தந்து, ‘ இன்னது தான் செய்யவேண்டும்’ என்று வாதாடித் தீர்மானித்தால், நீ தெய்வசக்தி ஸ்பரிசத்தை யிழப்பாய் ; நீசசக்திகள் தாமே சேஷ்டிக்கத் தொடங்கும் ; எல்லாம் குழப்பமும் விகர்மமுமாக முடியும்.

*
* *

சாதனத்துடன் பிராண வாசனைகளைக் கலவாமல் நீக்கி, சாதகன் சரளமாக, நேர்மையாகத் தன்னை அன்னைக்கு அளிக்கும்போதே சைத்யான்மா முழுமலர்ச்சி பெறமுடியும்.

ஏதாவது ஓர் அகம்பாவம், அசிரத்தை இருந்தால், பாசக் கோரிக்கைகளின் நிர்ப்பந்தம், குறைவாகவோ நிறைவாகவோ ஆத்மீக அல்லது பிற பேராசை, செருக்கு, இடம்பம், அதிகாரவேட்டை, பதவி, பிறரை வசப்படுத்தல், யோகசக்தியால் தனது அவாவை நிறைவேற்றும் சாகசம் ஆகியவற்றின் வேகத்தால் யோகம் பயின்றால், சைத்யான்மா திறக்க முடியாது ; அல்லது சிறிது திறக்கும் ; அல்லது ஏகதேசத்தில் திறந்து மீண்டும் மூடிக்கொள்ளும். ஏனெனில், அது பாசப்ரவர்த்திகளால் மறைக்கப்படுகிறது. மூச்சைப்பிடிக்கும் பாசப்

புகையில் சைத்யாக்னி அவிகிறது. யோகத்தில் மனம் தலைதூக்கி, அந்தராத்மாவைப் பின்னுறுத்தினாலும் அல்லது,பக்தி அல்லது பிற சாதனப்ரவர்த்திகள் சைத்யவடிவிற்குப் பதிலாகப் பாசவடிவு கொண்டாலும், மேற்சொன்ன அசக்தமே கதியாம். தூய்மை,எளியநேர்மை இவற்றுடன் அகம்பாவம் கபடம் கோரிக்கையின்றி கலப்பற்ற ஆத்மதானத் திறமையுமே சைத்யான்மாவின் பூரணமலர்ச்சிக்கு வேண்டிய நியமமாம்.

இதயத்தை வற்றடிப்பது இந்த யோகத்தின் பங்கல்ல ; ஆனல் இதயாவேகங்களை யெல்லாம், தெய்வத்தின் பால் திருப்பவேண்டும். கொஞ்சகாலம், இதயம் அடங்கி, சாதாரண உணர்ச்சிகளுக்கு விமுகமாகி, மேலிருந்துவரும் அருவிக்காகக் காத்திருக்கும் ; ஆனல் இத்தகைய நிலைமைகள் வரண்ட நிலைமைகளல்ல; அவை மௌனமும் சாந்தமும் கூடிய நிலைமைகளாம். சிற்றுணர்வு மேலேறுமட்டும், இந்த யோகத்தில் இதயமே உண்மையாக, முதன்மையான ஏகாக்ர நிலயமாதல் வேண்டும்.

*
* *

எல்லாப்பற்றும் சாதனத்திற்கு இடராகும். நீ எல்லாரிடமும் நல்லெண்ணமும் அந்தராத்ம தயையும் கொள்ளவேண்டும் ; ஆனல் பாசப்பற்றுதல் கூடாது.

*
* *

சாதகன் அன்பு கடவுளின்பா லிருக்கவேண்டும். அப் பதியன்பு நிறைவுற்றாலே அவன் பிறரை உண்மையாக நேசிக்கமுடியும்.

*
* *

உயிர், உள்ளம், உடல் இவற்றால் அருளைப்பெறுவது போலவே,புத்தியினாலும் பெற்றுக்கொள்ளத் தடை

யில்லை. முன்னவற்றைப் போலவே புத்தியும் அருளைக் கிரகிக்க வல்லது ; மற்றதைப் போலவே அதையும் உருமாற்ற வேண்டும் ; அருளைக் கிரகிக்க அதையும் பயிற்றவேண்டும் ; இன்றேல் ரூபாந்தரம் எய்தாது.

பண்படாத சாமான்யப் பிராணப்ரவிர்த்தி, அல்லது தாமஸமும் மூட எதிர்ப்பும் கூடிய உடலுணர்ச்சியைப் போலவே, புத்தியின் ஒளியற்ற சாமான்யப்ரவர்த்தியும் ஆத்மானுபவத்திற்கு இடராகும். புத்தியின் பிசகான போக்கில், சாதகன் முதலில் எச்சரிக்கையாயிருக்கவேண்டிய முக்கியமான விஷயம் என்னவென்றால், மனோபாவனைகள் ஸம்ஸ்காரங்கள் அல்லது மூளைத் தீர்மானங்களை ஆத்மானுபவம் என்று மயங்கக்கூடாதென்பதாம்; இதயானுபவத்தையும் ஆத்மானுபவத்தையும் குழப்பி, ஒளியுறுத்தும் உண்மையறிவு இறங்க இடங்கொடாமல், அல்லது அது மனித மனோபூமியைத்தொட்டதும், அல்லது நன்றாகத் தொடுமுன்புமே அதை உருக்குலைக்கும் வெறும் மனத்தின் துறுதுறுப்புக் கூடாதென்பது இரண்டாவது எச்சரிக்கை. இவற்றுடன் வழக்கமான புத்தி தோஷங்களும் உள்ளன:—சாத்வீக கிராகியத்திற்கும், சாந்த, விசுத்த விவேகத்திற்கும் பதிலாக வரட்டுச் சந்தேகம் கொள்ளுதல், தனக்கு மிஞ்சி, அறிவிற்கெட்டாது, ஆழம்பார்க்க முடியாதுள்ள விஷயங்களைத் தனது அற்ப அனுபவ நியமங்களால் நிர்ணயிப்பதாக அகம்பாவித்தல் ; பூதாதீதத்தைப் பௌதிகத்தால் விளக்கப்புகும் முயற்சிகள் ; பரமகுப்த விஷயங்களைத் தூலமாக, தூல மனத்திற்கேற்ற குறிப்புகளுடன் நிரூபிக்க வேண்டுதல்; இங்கே கணக்கிட முடியாத இன்னும் பல புத்திதோஷங்கள் உள்ளன. புத்தி, மெய்யறிவிற்குப் பதிலாகத் தனது நிரூபணங்கள், கற்

யனைகள், அபிப்பிராயங்களையே எப்போதும் புகுத்திக் கொண்டிருக்கிறது. ஆனால் புத்தி ஸமர்ப்பணமாகி, மலர்ந்து, அமைதியாய், ஏற்புடன் இருந்தால், அதுவும் ஒளியைக்கிரகிக்க வழியாவதில் தடையில்லை; ஆத்மானு பவ நிலைகளுக்கும் பூரண அந்தர் ரூபாந்தரத்திற்கும் அது துணையாகுமென்பதில் தடையில்லை.

*
* *

அமைதியும், சாந்தமும் நிறைவுறுதற்கு, ஆசை மேவிய பிராண ப்ரவர்த்தியைப்போலவே, மனோ(புத்தி) வியாபாரக் குழப்பத்தையும் அடக்க வேண்டும். ஞானம் மேலிருந்தே வரவேண்டும். இந்த அமைதியில், சாமானிய மனோவ்யாபாரங்கள், சாதாரண பிராண ப்ரவிர்த்திகளைப் போலவே, நிஸ்சலமான அந்தராத்ம சம்பந்த மற்ற பாஹ்ய ப்ரவர்த்திகளாம். அவித்யா ப்ரவர்த்திகளை மாற்ற, அல்லது அவற்றிற்குப் பதிலாக சத்திய ஞானத்தையும், சத்திய ஜீவன ப்ரவர்த்தியையும் புகுத்த அவசியமான விடுதலை இதுவே.

*
* *

சைத்யான்மா, கடவுளுண்மையுடன் நேராக உறவுகொண்டுள்ளது; ஆனால் அது மனிதருள், மனத்தாலும் பிராண மயத்தாலும், பௌதிகப் பிரகிருதியாலும் மறைபட்டுள்ளது. ஒருவன் யோகம் பயின்று மனத்திலும்,புத்தியிலும் ஞானக் கதிர்களைப் பெறலாம். மற்றொருவன் பிராண சக்தியை வென்று, பிராணானுபவங்களி லெல்லாம் செழிக்கலாம்; இன்னொருவன், அற்புதமான ஸ்தூல சித்திகளை நிலை நாட்டலாம்; ஆனால் பின்னேயுள்ள ஆத்ம சக்தி பொலியாவிட்டால் சைத்யப் பிரகிருதி முன்வராவிட்டால், உண்மையான எதுவும் செய்ததாகாது. இந்த யோகத்தில், சைத்யான்

மாவே நமது இயற்கையின் மீதிப் பகுதியை உண்மையான விக்ஞான ஜோதிக்கும், இறுதியில் பரமானந்தத்திற்கும் மலர்த்துவது. மனம் தானே தனது உயர் நிலைகளுக்குத் திறக்க முடியும்; அது அமைதியுற்று அவ்வியக்தத்தில் விசாலித்தேக முடியும்; அதுவும் ஓர் அசல மோக்ஷம் அல்லது நிர்வாணத்தால் அத்யாத்ம நிலைபெறக் கூடும்; ஆனால் கேவலம் ஆத்மீக மனத்தில் மட்டும் விஞ்ஞானம் தனக்கேற்ற அஸ்திவாரத்தைக் காணாது. அந்தராத்மா விழித்தெழுந்து, வெறும் மனம், உயிர், உடலுணர்வைத் தாண்டிச் சித்துணர்வில் புதுப் பிறவியடைந்தாலே இந்த யோகத்தைப் பயிலமுடியும்; அஃதன்றி, (மனோசக்தியினாலே யாவது, வேறெந்தப் பாகத்தின் பலத்தினாலாவது) அது இயலாது........ மூளையறிவானது, மனோபாவனைகள் அல்லது ஓர் அவாவிற் பற்றுக்கொண்டு, சித்துணர்வில் புதுப்பிறவி பெற மறுத்தால், அன்னையினின்று புதிய பிறவியெய்திய குழந்தையாக மறுத்தால் சாதனம் சபலமாகாது.

*
* *

சாந்தம் அல்லது மௌனம் கைகூட மிக வுறுதியானவழி, மேலிருந்து சக்தியிறக்கமே என்று சொல்லியிருக்கிறேன்.

எப்போதும் வெளிக்கு அவ்வாறு தோன்றாவிடினும், உண்மையாக, அவ்வாறே அவை என்றும் எய்தும்;—வெளிக்கு எப்போதும் தோன்றாததேனென்றால், அது இன்னவிதம் நடக்கிறதென்று சாதகன் எப்போதும் உணர்வதில்லை; தன்னுள் சாந்தம் நிலைபெறுவதை அல்லது வெளிப்படுவதையாவது அவன் உணர்கிறான்; ஆனால் அது எங்கிருந்து எவ்வாறு வந்ததென்பதை அவன் உணரவில்லை. இருப்பினும், உயருணர்

விற்கு உரியவெல்லாம் மேலிருந்தே வருவதுண்மை; அத்யாத்ம சாந்தம்மட்டுமல்ல; ஜோதி, சக்தி, ஞானம், பராதிருஷ்டி, பரசிந்தனே, ஆனந்தம் அனேத்தும் மேலிருந்தே வருகின்றன. ஓரளவிற்கு அவை உள்ளிருந்தும் வரலாம்; ஆனுல், இதயபுருஷன் அவைகளுக்கு நேராக மலர்ந் திருப்பதனுலேதான் இவ்வாருகிறது; அவை முதலில் இதயபுருஷனே யடைந்து, பிறகு, இதயபுருஷனிடமிருந்து அல்லது அதுதானே முன்வருவதனுல் ஜீவனின் மற்றப்பாகங்களில் வெளிப்படும். உள்ளிருந்து வெளிப்படல், அல்லது மேலிருந்து இறங்கல் - இவையிரண்டுமே யோக சித்திக்கு ராஜ மார்க்கம் ஆம். வெளிப்புற மனத்தின் அல்லது ஆவேகங்களின் முயற்சி அல்லது ஒருவகைத் தவம் முன் சொன்னவற்றில் ஒன்றை அமைப்பதாகக் காணலாம்; ஆனுல் அதன்பலன்கள் முன்சொன்ன இரண்டு முதன்மையான வழிகளுடன் ஒப்பிட்டால் நிலேயற்றனவாகவும், அற்பமாகவும் இருப்பது வழக்கம்; அதனுலேதான் இந்த யோகத்தில் எப்போதும் "திறவை" வற்புறுத்துகிருேம். உள்மனம், உயிர், உடல், இவை நமது உள்ளாழ்ந்த பாகமான சைத்ய புருஷனுக்கு உள்முகமாகத் திறத்தல், மனங்கடந்த வஸ்துவிற்கு மேல்நோக்கித் திறத்தல் ஆகிய இரண்டு விதமான திறவுகள் சாதனப்பயன்களேப் பெறுவதற்கு அவசியமானவையாம்.

இதன் அந்தரங்கக் காரணம் யாதெனில், 'நாம்' என்னும் இச்சிறு மனம் - உயிர் - உடல், ஒரு பாஹ்ய விருத்தியே யொழிய, நமது "ஆத்மா"வே அல்ல. "நாம்" என்பது, ஆத்மவியஷ்டியின் ஓர் வெளித் துணுக்கே; அது ஒரு அற்ப ஆயுளுக்கு, அவித்தையின் ஆடலுக்காக முன்வைக்கப் பெற்றுள்ளது; அதில்

உண்மைத்துணுக்குகளைத் தேடித்தடுமாறும் ஓர் அவித்யா மனம் உள்ளது; சுகத்துணுக்குகளைத் தேடிப்பாயும் ஓர் அவித்யாப் பிராணன் உள்ளது ; விஷயஸம்பர்க்கங்களை ஏற்று, அதன் பயனான இன்பத்தை அல்லது துன்பத்தை அனுபவிப்பதினும் அதிகமாக வருந்தும் அதிதாமஸ, அவசேதன தேகம் உள்ளது. இதெல்லாம் சலித்துப் போகிற வரையில் ஒப்புக்கொள்ளப்படுகிறது; பிறகு மனம் சலிப்படைந்து, தனது உண்மைத் தத்துவத்தையும், விஷயங்களின் உண்மையையும் தேடத் தொடங்குகிறது ; பிராணன் சலிப்படைந்து, 'உண்மையின்பம் ஒன்றுண்டா ?' என்று வியக்கத்தொடங்குகிறது ; தேகம் சலிப்படைந்து, தன்னின்றும் தனது சுகதுக்கங்களி னின்றும் விடுதலை பெற விரும்புகிறது. அப்போது, ஆத்ம வியஷ்டியின் சிறிய அவித்யாம்ஸமாகிய "நான்" என்பது தனது உண்மை ஆன்மாவை நாடிப் பின் செல்லமுடியும் ; அத்துடன் அது முன்சொன்ன திவ்யானுபவங்களை யெய்துகிறது; அல்லது தன்னை நிர்மூலமாக்கும் நிர்வாணமெய்துகிறது.

உண்மையான்மா வெளிப்புறத்தில் எங்குமில்லை ; அது உள்ளே ஆழ்ந்தும், மேலேயும் உள்ளது; உள்ளே, உள்மனம் உயிர் உடலைத்தாங்கும் அந்தராத்மாவாயுள்ளது. அதில் உலகளாவ விசாலிக்கும், வல்லமையுள்ளது. அத்துடன் இப்போது கேட்கும் பொருள்களை அடையுந் திறமையும் உள்ளது—வஸ்துக்களின் ஆன்ம உண்மையுடன் நேரான சம்பந்தம், விசுவானந்தச் சுவை, ஸ்தூல பௌதிக சரீரத்தின் சிறைச்சிறுமையினின்றும் துன்பங்களினின்றும் விடுதலை இவையே அப்பொருள்களாம். இப்போது, ஐரோப்பாவிலும், அடிக்கடி மேற்பரப்பிற்கும் பின்னே ஏதோ ஒரு

பொருள் இருப்பதாக ஒப்புகின்றனர் ; ஆனால் அதன் இயல்பைத் தப்பிதமாகப் பாவிக்கின்றர் ; அது அவசேதனம் அல்லது அபோத ஸ்வரூபம் எனப்படு கிறது ; இதற்குமாருக உண்மையில் அது தனக்குரிய உணர்வுடன் உள்ளது ; திரைமறைவாயிருக்கிறதே யொழிய, அது அபோதஸ்வரூபமன்று. நமது அத் யாத்ம சாத்திரத்தின்படி, அது நாம் யோகத்தால் அறி யும் சில உணர்வு நிலயங்களால், சிறிய பாஹ்யவ்யக்தி (புறமானிடம்)யுடன் இணைக்கப்பட்டுள்ளது. அந்த ராத்மாவின் ஒரு சிறிதே இந்த உணர்வு நிலயங்களின் மூலம் வெளியேறிப் புறவாழ்வை யடைகிறது. ஆனால் அச்சிறிதே நமது சிறந்தபாகம்; நமதுகலை, கவிதை, தத் துவ ஞானம், ஆதர்சங்கள், மதாபிலாஷைகள், ஞானத்தின்பாலும் பூரணத்தின்பாலும் நமது பிரயா சைகள் ஆகிய அனைத்திற்கும் அச்சிறு பகுதியே பொறுப்பாளியாகும். ஆனால் உள்ளாதாரங்கள் பெரும் பாலும் மூடப்பட்டுள்ளன ; அல்லது உறங்குகின்றன. அவற்றைத் திறந்து, அவை விழித்தெழுந்து செயல் பெறத் தூண்டுவது நமது யோக லட்சியத்தில் ஒன்று கும். அவை திறக்கும்போதே, அந்தராத்மாவின் ஆற் றல்களும், திறமைகளும் நம்முள் விழித்தெழுகின்றன ; முதலில் ஒரு விசால சேதனத்திற்கும் பிறகு விசுவ சேதனத்திற்கும் நாம் விழித்துக் கொள்ளுகிறோம் ; அதன் பிறகு நாம் அற்பாயுள் உள்ள தனிச் சிறு ஆட்க ளல்லோம்; நாம் விசுவகர்மத்தின் நிலயங்களாய், விசுவ சக்திகளுடன் நேரே உறவு கலந்திருப்போம். மேலும் பின்னவற்றின் விருப்பற்ற விளையாட்டுச் சாமான்களா யிராமல்; நாம் ஓரளவு உணர்வு பெற்று, இயற்கை யாடலின் எஜமானர்க ளாகலாம். ஆனால் இதன்

சாத்யம், அந்தராத்ம வளர்ச்சியையும் இன்னும் மேலான அத்யாத்ம நிலைகளுக்கு அதன் திற வையும் பொறுத்தது. அதே சமயம், இதய சக்கிர மலர்ச்சி, இதய புருஷனை விடுவிக்கிறது; அது நம்முள் உள்ள இறைவனையும், நமக்கு மேலுள்ள பரம சத்தியத் தையும் நமக்கு உணர்த்தத் தொடங்குகிறது.

ஏனெனில், நமது பரம ஆத்மா நமதுரு அல்லது உடல் வாழ்வின் பின்னும் இல்லை; நமதுருவைத்தாண்டி அது மேலேயுள்ளது.

நமது உள் ஆதாரங்களில் மிகவும் ஆழ்ந்தது இத யத்தில் இருப்பது போலவே, மிகவும் உயர்ந்தது சிரத் தில் உள்ளது. ஆனல் ஆன்மாவிற்கு நேராகத் திறக் கும் சக்கிரம் தலைக்குமேலே, தூலசரீரத்திற்கு முற்றி லும் வெளியே, சூக்ஷ்மசரீரம் என்பதில் உள்ளது. இந்த ஆத்மா இரண்டு தன்மைகளைக் கொண்டுள்ளது. ஒன்று நிஸ்சலம்; அது விசாலசாந்தம், முக்தி, மௌனம்— இவற்றுடன் கூடியது; இந்த சாந்தாத்மா எந்தக் கரு மத்தாலும், அனுபவத்தாலும் மாறுபடுவதில்லை; அது அவற்றை உண்டாக்குவதாகவே தோன்றவில்லை; அது உதாசீனனுயிருந்து, நிர்த்தொந்தனுகி, பாரபக்ஷமில்லா மல் அவற்றைத் தாங்குகிறது. மற்றொருதன்மை தீவிர மானது; அதை விசுவாத்மாவாக அனுபவிக்கிறோம்; அகில கர்மசமூஹத்தையும் இது தாங்குவது மட்டுமில்லா மல், அவற்றை விளைவித்துத் தன்னுள் அடக்குகிறது. நமது தூலதேகத்தைப்பற்றிய வினைப்பகுதிமட்டுமல்ல; அதைத்தாண்டியுள்ள அனைத்தையும், இவ்வுலகையும், இதர உலகங்களனைத்தையும், அதிபௌதிக லோகத்தையும், அகில பௌதிகக் காணியாட்சிகளையும் அது வகிக்கிறது. மேலும், ஆத்மா அனைத்திலும் ஒன்றென நாம் காண்

கிறேம். அத்துடன், ஆத்மா அனைத்திற்கும் மேலே பரமாகி, தனிப்பிறவி அல்லது அகில வாழ்வைக் கடந்த தாயிருப்பதாகவும் உணருகிறோம். அனைத்திலும் ஒன்ருன விசுவாத்மாவில் பிரவேசித்தலே அகங்காரவிடுதலை யாம்; நமது உணர்வில் அகங்காரம் சமயத்திற்கேற்ற ஒரு சிறிய உபகரணம் ஆகிறது; அல்லது நமது உணர்வினின்றே அது மறைந்தும் போகிறது. அதுவே அஹங்காரநாசம் அல்லது நிர்வாணம் ஆகும். அனைத்திற்கும் மேலுள்ள பரமாத்மப் பிரவேசமானது, விசுவ சேதனத்தையும், கர்மாவையும் முற்றிலும் தாண்டிச் செல்ல நம்மை இயலுவிக்கிறது. உலக வாழ்வினின்று முற்றும் விடுதலை பெறும் லயம், மோக்ஷம், நிர்வாணம் ஆகிய நிவிருத்திக்கும் அது வழியாகும்.

இருப்பினும், மேல் நோக்கிய திறவு, சாந்தம், மௌனம், நிர்வாணம் ஆகியவற்றிற்கே நம்மை நடத்த வேண்டு மென்பதல்ல; சாதகன் உணர்வது, நமக்குமேலே, தலைக்குமேலே போன்று, பௌதிக அதிபௌதிக வெளியில் நிரம்பிய, ஒரு பெரிய அகண்ட சாந்தம், மௌனம், விசாலத்வம் மட்டுமல்ல. அவன் மற்ற விஷயங்களைப் பற்றியும் அறிகிருன். அவை யாவன:—ஆற்றலனைத்தும் கொண்ட ஓர் அகண்ட சக்தி, அறிவனைத்தும் கொண்ட ஓர் அகண்ட ஜோதி, இன்பம், பரவசம் அனைத்தும் கொண்ட ஓர் அகண்டா னந்தம். இவை முதலில் பரமார்த்தமாகவும், அபரிச் சின்னமாகவும், பூரணமாகவும் கைவல்யமாகவும் இருக் கும். இவற்றில் எதிலும் நிர்வாணமுக்தி பெறலாம். ஆனால், விரைவில் இந்தச்சக்தி எல்லாச்சக்திகளையும், இந் தச் சோதி எல்லாச்சோதிகளையும், இந்த ஆனந்தம் எல்லா மகிழ்வு, இன்பத்தையும் தன்னுட் கொண்டிருக்கிறது.

என்று நாம் அறிவோம். இவையெல்லாம் நம்முள் இலங்க முடியும். சாந்தம் மட்டுமல்ல ; இவற்றில் எதுவும் அல்லது அனைத்தும் இறங்கிவர முடியும் ; மிகவும் பத்திரமான வழி எதுவென்றால், முதலில் பூரண அமைதியையும் சாந்தத்தையும் கீழே கொண்டு வருதலேயாம் ; ஏனெனில் அதனால் மற்றவற்றின் இறக்கத்திற்கு நல்ல பாதுகாப்பாகும்; இன்றேல், அவ்வளவு சக்தி, ஜோதி, ஞானம் அல்லது, ஆனந்தத்தைத் தாங்கப் புறவியல்பிற்குக் கடினமாயிருக்கலாம். சக்தி, ஜோதி, ஆனந்தம் ஆகிய இவையெல்லாம் சேர்ந்தே யாம் சொல்லும் பரமாத்ம அல்லது பகவத்சைதன்யமாம். இதயத்தின் மூலம் சைத்யான்ம மலர்ச்சியெய்துவது, முதலில், நம்முடன் உள்ளுறவிற் கலந்துள்ள தெய்வமாகிய, வியக்தி பகவானுடன் நம்மை உறவு கூட்டுகிறது ; அதுவே முதன்மையாக, பிரேமைக்கும் பக்திக்கும் மூலமாகும். இந்த மேல்முகத் திறவு, நம்மைப் பூரண பகவானுடன் நேராகச் சம்பந்தப்படுத்துகிறது; அது நம்முள் கடவுளுணர்வையும், அத்யாத்ம புனர் ஜன்மம் அல்லது புனர் ஜன்மங்களையும் ஆக்க வல்லதாம்.

சாந்தம் நிலைக்கொண்டபோது, இப்பரம அல்லது தெய்வசக்தி, மேலிருந்திறங்கி நம்முள் செயல் புரிய முடியும். அது முதலில், வழக்கமாக, சிரசில் இறங்கி, உள்மனச் சக்கிரங்களை விடுவிக்கிறது ; பிறகு இதயத்தில் இறங்கி, ஹ்ருத்புருஷனையும், சித்புருஷனையும் பூரணமாக விடுவிக்கிறது ; அதன் பிறகு, நாபிசக்கிரங்களிலும், பிராண சக்கிரங்களிலும் இறங்கி, அந்தர் பிராணனை விடுவிக்கிறது ; பிறகு மூலாதாரத்திலும் அதன் கீழும் இறங்கி, அந்தர் சரீர புருஷனை விடுவிக்கிறது.

அதே சமயத்தில், அது சித்திக்கும் முக்திக்கும் பாடுபடுகிறது ; அது நமதியற்கை முழுதையும் பாகம் பாகமாகப் பிரித்தெடுத்து, நீப்பன நீக்கி, நேர்த்தியாக்க வேண்டியதை ஆக்கி, நிர்மாணிக்க வேண்டியதை நிர்மாணிக்கிறது. அது அனைத்தையும் நிறைவாக்கி, நிரலாக்கி, இயற்கையில் ஒரு புதிய சந்தத்தை நிலைநாட்டுகிறது.

சாதனோத்தேசம் அவ்வாறாயின், விக்ஞான சக்தியையும், விக்ஞான வாழ்வையும் கீழே கொண்டு வர இயலுமட்டும், பராப்பிரகிருதியின் உயர்ந்த, மேன்மேலும் உயர்ந்த சக்தியையும் சோபானத்தையும், அது (தெய்வசக்தி) கீழே யிறக்கமுடியும். இவை யெல்லாம் இதய சக்கிரத்திலுள்ள சைத்யபுருஷனது காரியத்தால் தயாராகித் துணைநின்று ஊக்கப்படுகின்றன ; அது எவ்வளவுக் கெவ்வளவு திறந்து, முன்வந்து, சுறுசுறுப்பா யிருக்கிறதோ அவ்வளவுக் கவ்வளவு சக்தியின் வேலையும் விரைவாய், உறுதியாய், எளிதாய் நடக்கும். இதயத்தில் பிரேமையும், பக்தியும், ஸமர்ப்பணமும் வளர வளர, சாதன விகாசம் விரைவாகவும், பரிபூர்ணமாகவும் இருக்கும். ஏனெனில் ‘இறக்கம், உருமாற்றம்’ என்பது, அதேசமயத்தில் மேன்மேலும் கடவுளுறவையும், கடவுட் கலப்பையும் அதிகமாக்குவதாம்.

அதுவே சாதனத்தின் முதன்மையான விரித்துரை. பின்னும், மேலும் உள்ள அனைத்திற்கும், இதய சக்கிரமும், மனச் சக்கிரங்களும் திறப்பதே இங்கே இரண்டு மிக முக்கியமான விஷயங்கள் என்பது நிதர்சனமாகும். ஏனெனில் அதனால் இதயம் சைத்ய புருஷனுக்குத் திறக்கிறது ; மனச்சக்கிரங்கள் பரசேதனத்திற்குத் திறக்கின்றன ; இதய புருஷ

னுக்கும் பரசேதனத்திற்கும் இடையிலுள்ள இணைப்பே சித்தியின் முதன்மையான வழியாகும். இதயத்தில் ஏகாக்கிரம், நம்முள் விளங்கி, சைத்ய புருஷன் மூலம் நமது சுபாவத்தைக் கைக்கொண்டு நடத்தும்படி இறைவனுக்கு முறையிடல் ஆகிய இவற்ருல் முதல் திறவு இயற்றப்படும். ஆர்வம், பிரார்த்தனே, பக்தி, பிரேமை, ஸமர்ப்பணம் இவையே இச்சாதன பாகத்தின் முதன்மையான துணைகளாம். இவற்றுடன் நாம் விரும்பும் இலட்சியத்திற்குக் குறுக்கே நிற்பதையெல்லாம் ஒதுக்கித்தள்ளவேண்டும். சிரசில் (பிற்பாடு அதற்குமேல்) ஏகாக்கிரத் தியானம், ஜீவனுள் திவ்ய சாந்தம, சக்தி, ஜோதி, ஞானம், ஆனந்தம்-சாந்தம் முதலில் அல்லது சாந்தமும் சக்தியும் சேர்ந்து இறங்க, ஆர்வம், பிரார்த்தனே, நிலேயானஉறுதி ஆகியவற்ருல் இரண்டாவது திறவு இயற்றப்படும். சிலர் முதலில் ஜோதி பெறுவர் ; அல்லது முதலில் ஆனந்தம் அடைவர் ; அல்லது திடீரென்று ஒரு ஞான அருவி பெறுவர்.

சிலருக்கு முதலில் ஒரு திறவெய்தும் ; அது தமக்கு மேலுள்ள அகண்டமௌனம், சக்தி, ஜோதி, ஆனந்தத்தை இலக்கும் ; பிற்பாடு, அவர்கள் அவற்றிற்கு உயர்வர் ; அல்லது இவ்வனுபூதிகள் கீழியல்பில் இறங்கத் தொடங்கும். இன்னும் சிலருக்கு, முதலில் சிரசிலும் பிறகு கீழே, ஹ்ருதயப் பிரதேசத்தில், பிறகு நாபியில், அதன் கீழே, பிறகு உடல் முழுதிலும் சக்தியிறங்கும். அல்லது, இறக்கவுணர்வேயில்லாமல், இன்னதென்று சொல்ல முடியாமல் ஒரு சாந்தம், ஜோதி, விசாலத்வம், சக்தி, மலரும். அல்லது ஒரு சமமட்டமான மலர்ச்சியால் விசுவசேதனப்பிரவேசம் ஏற்படும் ; அல்லது திடீரென விசாலித்த மனத்

தில், ஒரு ஞானம் உஜ்வலித்தெழும். எது வந்தாலும் வரவேற்க வேண்டும்; ஏனெனில் எல்லாருக்கும் கண்டிப்பான ஒரே நியமம் இல்லை; ஆனால் முதலில் சாந்தம் வராவிட்டால், யாரும் விம்மிதம் எய்தாமல், அல்லது சமநிலை யிழக்காமல் உஷாரா யிருக்க வேண்டும். இருப்பினும் அன்னையின் சக்தியான தெய்வசக்தி இறங்கி, நிலைக்கொள்ளும்போதே முதன்மையான இயக்கம் தொடங்கும்; ஏனெனில், அப்போதே சைதன்யத்யத்தின் முறை வகுப்பும், யோகத்தின் விரிவான அஸ்திவாரமும் தொடங்கும். சிலருக்கு விரைவாகவும் திடீரென்றும் சைதன்ய மலர்ச்சி ஏற்படுமாயினும், பொதுவாக, ஏகாக்கிரத்தின் பயன் உடனே தெரியாது. ஆனால் பெரும்பாலாருக்கு முதன்மையாக ஆர்வம் தவம் இவற்றால் ஏற்கெனவே ஒருவாறு பண்படாத இயல்பினருக்கு இந்த வழியில் பொருந்தவும், தயாராகவும் கொஞ்ச காலமோ, நீண்ட காலமோ ஆகும்.

சில வேளை ஏகாக்கிரத்துடன், பழைய யோகசாதனம் ஒன்றின் சேர்க்கை யோகப்பயனுக்குத் துணையாகும். ஞானமார்க்கத்திற்கு அத்வைதபத்ததி ஒன்றுள்ளது—அதன்படி ஒருவன் “நான் மனமல்லேன்” “நான் பிராணனல்லேன்”, “நான் உடலல்லேன்” என்று இடைவிடாது சொல்லி, மனம் உயிர் உடல் தனது ஆத்மஸ்வரூபத்தினின்றும் வேறெனக் கண்டு, அவற்றின் தாதான்மியத்தைத் தன்னின்றும் விலக்குகிறான்; அதனால் கொஞ்சகாலத்திற்குப் பிறகு, மனம் உயிர், உடலின் காரியங்களெல்லாம், (மனம், உயிர், உடல் என்ற உணர்வுகூடத் தனக்கு அன்னியமாய்), புறச்செயலாய் விடுகின்றன; அப்போது, அவற்றின்

தொடர்பின்றி, உள்ளே, தானேதானுன ஒரு தனிப் பொருளுணர்வு வளர்ந்து, விசுவாத்ம, பரமாத்ம அநுபூதியாக மலர்கின்றது. இன்னொரு மார்க்கம் உள்ளது- சாங்கியர் மார்க்கம், மிகத்திறனுள்ள மார்க்கம். அது புருஷனையும் பிரகிருதியையும் பிரிப்பது. அதில் மனத்திற்குச் சாட்சி நிலையை வற்புறுத்துவர்; மனமுயிருடற் செயல் முழுதும் புறவினையாட்டாம்; "அது நான் அல்ல, எனதல்ல; அது இயற்கைக்குரியது; எனது பாஹ்யபாவனை மேல் சுமத்தப்பெற்றது; நான் சாக்ஷி புருஷன், நிஸ்சலன்; நான் உதாசீனன், இவற்றில் எதிலும் நான் கட்டுண்டவனல்லேன்" என்று சாங்கிய யோகி அறிகிறுன். அதனுல், ஜீவனில் ஒரு பகுப்புண்டாகிறது; சாதகன் தன்னுள் ஒரு சாந்த, மௌன, விபின்ன சேதன வளர்ச்சியை உணர்கிறுன். அது மனம், உயிர், பௌதிக வியற்கையின் ஆடலினின்று தன்னை முற்றும் வேருக அறிகிறது. வழக்கமாக, இந்த உணர்வெழுந்ததும், பரசேதன சாந்தம், பராசக்திச் செயல், யோகத்தின் பூரணவேகம் ஆகியவற்றை அதிவிரைவில் கீழே கொண்டுவரமுடியும். ஆனுல் ஏகாக்கிரத்திற்கும், பிரார்த்தனைக்கும் இளகி, பெரும்பாலும் சக்தியே கீழே இறங்கி வருகிறது. பிறகு மேற்சொன்ன விசார மார்க்கங்கள் அவசியமானுல், சக்தியே அவற்றைச்செய்து, இன்னும் சாதனத்திற்குத் துணையான அல்லது இன்றியமையாத மற்ற வழிகளையும் கையாளுகிறது.

இன்னொரு விஷயம்: மேலிருந்து சக்தியிறங்கிச் செயல் புரியும் இந்த மார்க்கத்தில், ஒருவன் முற்றிலும் தன்னையே சார்ந்திராமல், ஒரு குருவின் துணையைச் சார்ந்து, நடப்பதையெல்லாம் அவன் நிதானித்து,

விசாரித்துத் தீர்மானிக்கும்படி தெரிவிக்கவேண்டியது மிக மிக முக்கியமாகும். ஏனெனில், சக்தி யிறக்கத்தால், அடிக்கடி அபரப்பிரகிருதி சக்திகள் தூண்டுதலுற்று, கிளர்ந்தெழுந்து, இறங்கும் திவ்ய சக்தியுடன் கலந்து, அதைத் தமது லாபத்திற்காகப் பயன்படுத்த விரும்புகின்றன. சில அல்லது பல மருட்சக்திகள் பரமேசுவரன்போல் அல்லது தெய்வத்தாய்போல முன்னின்று, ஜீவனின் பணியையும் பணிவையும் கேட்கின்றன. இவற்றை ஏற்ருல், மிகவும் படுநாசமே சம்பவிக்கும். சாதகன் தெய்வ காரியத்தையே அனுமதித்தால், அதன் ஏவலுக்கே இணக்கமும் வணக்கமுங் கொண்டால், பிறகு அனைத்தும் சரியாய் நடக்கும்.

இத்தகைய அனுமதியும், அஹங்கார சக்திகள், அஹங்காரத்திற்குவந்த சக்திகள் அனைத்தையும் ஒதுக்கியொழித்தலுமே, இறுதிமட்டும் சாதனத்திற்குப் பெரிய பாதுகாப்பாகும். ஆனல், பிரகிருதியின் வழிகள் வஞ்ச வலைகளால் நிரம்பியுள்ளன ; அஹங்காரத்தின் வேஷங்கள் எண்ணில ; ராக்ஷஸ மாயையாகிய மருட்சக்திகளின் மாயங்கள் மிகமிகத் தந்திரமுள்ளன ; புத்தியின் துணை போதாது ; அது அடிக்கடி துரோகியாக மாறுகிறது ; உயிரில் மேவிய அவா எப்போதும் நம்முடனிருந்து, மாயத்தின் எந்த அழைப்பையும் பின்பற்ற நம்மை மயக்கி இழுக்கிறது ; இந்த யோகத்தில் நாங்கள் ஸமர்ப்பணத்தை வற்புறுத்துவதன் காரணம் இதுவே. ('Surrender' என்னும் ஆங்கில வார்த்தை ஸமர்ப்பணம் என்பதன் அரைகுறையான மொழி பெயர்ப்பேயாம்).

இதயச் சக்கிரம் பூரண விகாசமடைந்து, இதய புருஷன் வசத்திலிருந்தால் வேறு கேள்வியில்லை ; எல்

லாம் க்ஷேமம். ஆனால் எந்த நிமிஷமும் இதய புருஷன் நமது கீழ் அலையால் கவரப்படும். மிகச் சிலரே இந்த அபாயங்களினின்றுந் தப்பியவர்; அவர்களுக்கே ஸமர்ப்பணம் எளிதெய்தும். இந்தக் கடினமான முயற்சியில், தெய்வத்துடன் ஒன்றாகிய அல்லது தெய்வப் பிரதிரூபமாகிய ஒருவர் துணை கட்டாயமானது, இன்றியமையாதது.

நான் எழுதியுள்ளது,யோகத்தின் மத்யக்ரமத்தைப் பற்றி எனது அபிப்பிராயத்தை நீ தெளிவாக அறிவதற்குத் துணையாகும். நான் கொஞ்சம் விரிவாக எழுதிவிட்டேன்; ஆனாலும் அடிப்படையான விஷயங்களையே விவரிக்க முடிந்தது; மேலும் இதன் விவரம், விரிவு ஆகியவற்றிற் குரியதெல்லாம் கிளர்வது, சாதகன் சாதனம் செய்யும்போதே, இல்லை, சாதனம் தானே சாதிக்கும்போதே—ஏனெனில் தீவிரமான சாதனாரம்பத்தினால் பின்னது நிகழ்வது வழக்கம்.

*
* *

இனி ஏகாக்கிரத்தைப் பற்றி: சாதாரணமாக சேதனம் எங்கும் விரிந்து, சிதறி, இப்புறமும், அப்புறமும், இவ்விஷயத்திற்கும், அப்பொருளுக்கும் கணக்கில்லாமல் ஓடிக்கொண்டே யிருக்கும். ஏதாவது நிலையான தன்மையுள்ள ஒன்றைச் செய்யவேண்டுமானால், சிதறிப்போன இந்த உணர்வனைத்தையும் உள்ளேயிழுத்து, ஒருமைப்படுத்தலே ஒருவன் முதலிற் செய்வதாம். பிறகு, கூர்ந்து பார்த்தால், அது ஒரு இடத்தில் ஒருவேலை, விஷயம் அல்லது வஸ்துவில் ஏகாக்கிரப்பட்டிருக்கும்—நீ ஒரு கவிபுனையும்போது, அல்லது ஒரு தாவரப்புலவன் ஒரு பூவை ஆராயும்போது இருப்பதைப் போன்று. சிந்தனையானால் மூளையில் ஓரிடத்தி

லும், உணர்ச்சியானல் இதயத்திலும் ஒருவன் ஏகாக்கிரப்படுவதுண்டு. இதன் விரிவும் உக்கிரமுமே யோகவொருமை. அவ்வொருமை ஒருவன் ஒரு ஜோதிபிந்துவின்மேல் திராடகம் செய்வதுபோலே ஒரு பொருளின் மேலூன்றலாம்; அப்போது, வேறு நினைப்பேயில்லாமல், அந்தக் குறியையே பார்க்கும்படி ஒருவன் அவ்வளவு ஏகாக்கிரப்படுகிறான். ஒரு பாவனை, மஹாவாக்கியம் அல்லது பெயரிலும் ஒருமைப்படலாம்—தெய்வபாவனை, ஓம் என்னும் மந்திரம், கிருஷ்ண பகவான் பெயர்; அல்லது பாவனை, மந்திரம், பெயர் மூன்றும் சேர்ந்திருக்கலாம். ஆனல் அதற்குமேல், யோகத்தில், ஒரு குறித்த இடத்திலும் தியானிப்பர். புருவ மத்தியில் தியானிப்பதென்னும் பிரசித்தமான விதியுள்ளது—அங்கே அந்தர்மனம், அந்தர் திருஷ்டி, அந்தர் சங்கல்பத்தின் நடுநிலையிருக்கிறது. நீ தியானிக்கும் வஸ்துவை அந்த இடத்தில் உறுதியாக ஊன்றித் தியானிப்பதே உன் வேலை; அல்லது, அங்கே தியான வஸ்துவின் உருவைக்காணலாம். நீ இதில் வெற்றிபெற்றால், கொஞ்ச காலத்திற்குப் பிறகு, உனது சித்துணர்வு முழுதும் அந்த இடத்திலேயே நிலை கொண்டிருப்பதை உணர்வாய்—ஆனல் அது தத்காலிகமாகவே. கொஞ்சகாலப் பயிற்சிக்குப் பிறகு ஏகாக்கிரம் எளிதாகவும், இயல்பாகவும் நடக்கும்.

இது தெளிவாயிருக்கிறதென்று நம்புகிறேன். சரி; இந்த யோகத்தில், அதே ஒருமையைப் பயில்கிறாய்; ஆனல் அது புருவ மத்தியிலுள்ள பிந்து ஸ்தானத்திலே மாத்திரமன்று; சிரத்தில் ஏதாயினும் ஓரிடத்தில் அல்லது மார்பு நடுவே, உடல் நூலார் நெஞ்சத்தைக் குறிக்கும் இடத்தில் ஒருமைப்படலாம். ஒரு பொருளைத்

தியானிப்பதற்குப் பதிலாக, சிரஸில் ஒரு இச்சை, மேலிருந்து சாந்தம் இறங்க முறையீடு, அல்லது சிலர் செய்வதுபோல, காணற்கரிய ஒரு அடைப்பு திறத்தல், சித்துணர்வு மேலேறல் ஆகியவற்றின்மீது ஏகாக்கிரப் படலாம். இதயசக்கிரத்தில், ஒரு ஆர்வத்தின் மேலும், உள்ளந்திறக்கவும், அங்கே தெய்வஸ்வரூபம் அல்லது இஷ்டவஸ்துவின் சாநித்யத்திற்காகவும் தியானிக்கலாம். நாமஜபமும் செய்யலாம்; ஆனால் அதில் ஒன்றுபடவேண்டும்; அந்த நாமம் அங்கே இதயமத்தியில் உருவேறவேண்டும்.

இவ்வாறு குறித்த இடத்தில் ஏகாக்கிரப்பட்டால், மீதி உணர்வின் போக்கென்ன என்று வினவலாம். அதுசரி; மற்றத் தியான சாதனங்களில் நிகழ்வது போலவே, அது அடங்கிப் போகிறது; இன்றேல், நினைப்புகளும், மற்ற விஷயங்களும், வெளியில் அலேவது போலவே இங்குமங்கும் அலேயும்; ஆனால் ஏகாக்கிர ஸ்தானம் அதைக் கவனிப்பதில்லே, பார்ப்பதுமில்லே. ஏகாக்கிரம் தக்க வெற்றிபெற்ற பிறகே அது நிகழும்.

பழக்கமில்லா விட்டால் ஒருவன் ஆரம்பத்தில் நீண்ட தியானத்தால் களேப்புறக்கூடாது; அவ்வாறயின், களேத்த மனத்தில் அது தனது சக்தியையும், மதிப்பையும் இழக்கிறது. ஏகாக்கிரத்திற்குப் பதிலாக ஒருவர் இளேப்பாறித் தியானிக்கலாம். ஏகாக்கிரம் இயல்பான பிறகே, வரவர நீண்டநேரம் பயிலலாம்.

---

4. கருமம்

ஆத்மானுபவங்களுக்காக, முற்றிலும் உள்முகமாய், பாஹ்யசேதனமான கருமத்தை அசட்டை செய்தல் சாதனத்தில் சமநிறை தவறுதலாகும்; ஒருபக்கஞ் சார்தலாகும். ஏனெனில், நமது யோகம் பூரணமானது; அதுபோலவே, பகிர்முகப்பட்டு, புறவாழ்வே வாழ்வதும் சாதனநிறைதவறி, ஒருபக்கஞ் சார்தலாகும். உள்ளனுபவத்திலும், புறவினையிலும் ஒருவன் சமவுணர்வு கொண்டு, இரண்டிலும் அன்னை நிறைந்திருக்கச் செய்ய வேண்டும்.

*
* *

தொடர்ந்து தொழிலாற்றுவது, உள்ளனுபவமும், புறவளர்ச்சியும் சமநிறையாகத் துணையாகிறது; இன்றேல் ஒருபக்கச் சார்பும், அளவின்மையும், நிறையின்மையும் பெருகும். மேலும், பகவானுக்காகக் கர்ம சாதனத்தை மேற்கொள்ள வேண்டும்; ஏனெனில், முடிவில் சாதகனுக்கு அது உள்வளர்ச்சியைப் புறவியல்பிலும் வாழ்விலும் கொண்டுய்க்குந் திறமையளிக்கும்; சாதனம் பூரணத்தன்மை பெறத் துணையாகும்.

*
* *

எல்லாம் உள்நிலையைப் பொறுத்தது. உள்நிலையை விளக்க அல்லது உறுதியாக்கவும், அதைத் தீவிரமும், திறமையும் பெறச் செய்யவும் புறநிலை துணையாகிறது. சைத்ய புருஷனை முதன்மையாக்கி, அல்லது சரியான உள்ளுறவுடன், நீ ஒன்றைச் செய்தாலும் சொன்னாலும் அது பலிக்கும். அதையே மனத்தினால், பிராணனால்

அல்லது பிசகான அல்லது குழம்பியநிலையிற் செய்தால் அல்லது சொன்னால் அது கொஞ்சங்கூடப் பலிக்காது. சரியான காரியத்தைச் சரியான வழியிற்செய்ய, ஒவ்வொரு விஷயத்திலும், ஒவ்வொரு சமயத்திலும், ஒருவன் சரியான உணர்வுடனிருக்க வேண்டும். அதை ஒரு குறிப்பான மனோநியமத்தாற் செய்யமுடியாது; மனோநியமம் சிலசமயம் ஒத்துவரும்; மற்றவேளை ஒருகாலும் ஒத்துவராது. உண்மைக்கு ஒத்திருந்தால், ஒரு பொதுக்கொள்கை ஏற்படுத்தலாம். ஆனால் அதன் பிரயோகம், உள்ளுணர்வால் தீர்மானிக்கப்படவேண்டும்; ஒவ்வோரடியிலும் செய்யத்தக்கதென்ன, தகாததென்ன என்று பார்க்க வேண்டும். சைத்ய புருஷன் மிக மேலோங்கி விளங்கினால், ஜீவன் முற்றிலும் அன்னையின்பால் திரும்பி இதய புருஷனையே பின்பற்றினால் இதை மேன்மேலும் அதிகமாகச் செய்ய முடியும்.

* * *

ஸமர்ப்பணத்தின்பால் பொதுவான நோக்கத்துடன் நிற்கக் கூடாது; அது எப்போதும் ஜீவனுள்ள நோக்கமாகும்படி ஒவ்வொரு செயலையும் அன்னைக்கு நிவேதிக்க வேண்டும். வேலை செய்யும்போது தியானம் கூடாது; ஏனெனில் அது காரியத்தினின்று கவனத்தை விலக்கும். ஆனால் அந்த வேலை யாருக்கு நிவேதனமோ, அந்த ஒருவனை இடைவிடாது நினைக்க வேண்டும். இது முதற்படியே. ஏனெனில், வெளிமனம் வேலையில் ஈடுபடுகிறது. தெய்வசானித்யானுபவத்தில் ஈடுபட்ட ஒரு அமைதிப் பொருளை எப்போதும் நீ உள்ளே உணர்கிறாய். அல்லது, நீ ஒரு நிமித்த

மாத்திரம், ஒரு கரணம்; தொழில் புரிவது எப்போதும் அன்னையின் சக்தியே என்றுணரத் தொடங்குவாய்; அப்போது, ஞாபகத்திற்குப் பதிலாக, இடைவிடாது கருமத்தால் கடவுட் கலப்பெய்தும் யோகானுபூதி தானே யுண்டாகத் தொடங்கும். வேலையில் சுய நலக் கருத்திருக்கக் கூடாது; புகழ், பொதுஜன மதிப்பு, அல்லது உலகப் பெருமைக்கு ஆசைப்படக் கூடாது; தனது சொந்த மனோரதங்கள், அவாக் கள், கோரிக்கைகள், தேகாபிருசிகளில் அழுத்தம் செய்யலாகாது; செருக்கு, முரட்டு அகம்பாவம், பத விக்கும் பிரதிஷ்டைக்கும் உரிமை பாராட்டல் ஆகி யவை கூடா; இறைவன் கட்டளைப்படி, இறைவனுக் காகவே செய்யப்படவேண்டும்—அத்தகைய வேலையே ஆத்மசுத்தி யளிக்கவல்லது. அது அஞ்ஞானவுலக மக்களுக்கு எவ்வளவு நன்மையாயினும் சரி, அஹம் பாவத்துடன் செய்யும் காரியம் யோக சாதகனுக்கு ஒரு பயனுமாகாது.

*
* *

சாதாரண வாழ்க்கை, சொந்த நோக்கத்திற்கும், சில வேளை மன ஆதர்சம் தொட்ட, ஒரு புத்தி அல்லது நீதி நியமத்தாலான ஆசை நிறைவேற்றத்திற்கும் உரிய கர்மத்தால் ஆனது. கருமத்தைத் தெய்வயக்ஞமாக அர்ப்பணித்தல், ஆசையை வெல்லல், மமதை அல்லது ஆசையில்லாச் செயல், தெய்வபக்தி, விசுவசேதனப் பிரவேசம், சர்வாத்மைக்கியம், தெய்வஸம்யோகம்— இவையே கீதை சொல்லும் கர்மயோகம். இத்துடன் விக்ஞான ஜோதி, சக்தியைக்கொண்டு வந்து (இது

கடைசி நோக்கம்), இயற்கையை மாற்றுவது இந்த யோகத்தின் விசேஷமாம்.

*
* *

ஆத்மார்ப்பணம், நீ செய்யும் ஒரு குறித்த வேலையைச் சார்ந்ததல்ல; எத்தகைய வேலையானாலும், அது எக்கருத்துடன் செய்யப்படுகிறது என்பதையே சார்ந்தது. செய்வதை நன்றாக, கவனமாக, தெய்வ வேள்வியாக, ஆசை அகந்தையில்லாமல், சமபுத்தியுடன், லாப நஷ்டங்களில் பதறாத சாந்தமுடன், சொந்த லாபம், பரிசு, பலன்களுக்கின்றி, தெய்வத்திற்காகவே, கர்மங்களெல்லாம் தெய்வசக்திக்கே உரியன என்னும் உணர்வுடன் செய்தால், அந்தக் காரியம் கருமத்தின் மூலம் ஆத்மார்ப்பணமாக வழியாகும்.

*
* *

அசக்தம், ஆலஸ்யம், அகர்மியம்—இவற்றை ஏற்றால் கேவலம் தூலமான, யந்த்ர துல்யமான காரியத்தைக்கூட ஒருவன் சரியாகச் செய்ய முடியாது. யந்த்ர துல்யமான வேலையிலேயே நீ ஈடுபடுவதல்ல; அசக்தம், அகர்மம், ஆலஸ்யம் இவற்றைத் தூக்கியெறிந்து, அன்னைச்சக்திக்கு உன்னைத் திறத்தலே பரிகாரமாம். உன்னைக் குறுக்கிடும் இடம்பம், பேராசை, செருக்கு—இவற்றை நீக்கிவிடு. அவை மறையக்காத்திருந்தால் அவற்றை நீ ஒழிக்கமுடியாது. ஒன்று நிகழவேண்டுமென்று நீ சும்மா காத்திருந்தால், அது நிகழக் காரணமாகுமா? அசக்தமும், மெலிவும் எதிர் நின்றாலும், ஒருவன் அன்னைச் சக்திக்குத் தன்னை மலர்த்த மலர்த்த, காரியத்திற்கு வேண்டிய வலிவும், திறமையும் அருளப்படும்; அவை ஆதாரத்தில் வளரும். தியானத்தில் அமராவிட்டாலும், குறிப்பான எந்த

யோகப்பயிற்சியும் இல்லாவிட்டாலும், சிரத்தையுடன் தாயின்பணி செய்வோர், அப்பணியின் மூலமே உண்மை யுணர்விற்குத் தயாரிக்கப்படுகிறார்கள். எப்படித் தியானிக்க வேண்டுமென்று உனக்குச் சொல்லத் தேவையில்லை ; எப்போதும் நீ வேலையில் கருத்துடனிருந்து, அன்னைக்கு உன்னைத்திறந்து வைத்தால், வேண்டியது தானே வரும்.

வேலையில் திறவு என்பதும், சித்துணர்வில் திறவு என்பதும் ஒன்றே. தியானத்தில் நீ திறவுற்றபோது, உனது உணர்வில் செயல்புரிந்து, ஐயத்தையும் கலக்கத்தையும் நீக்கும் அதே சக்தியே, உனது காரியத்தைக் கைக் கொண்டு, அதிலுள்ள குறைகளை உணர்த்துவதன்னியில், இன்னது செய்யவேண்டு மென்பதை நீ அறியச் செய்து, உனது மனத்தையும், கைகளையும், அக்காரியத்தைச் செய்ய வழிநடத்தும். உனது வேலையில் இவ்வாறு அதற்குத் திறந்தால், இந்த வழித் துணையை மேன்மேலும் உணர்வாய். முடிவில் உனது செயல்களின் பின்னெல்லாம் அன்னையின் சக்தியிருப்பதை நீ அறிவாய்.

*
* *

கர்மாக்கள் செய்ய முடியாது என்ற நிலையே சாதனத்தில் கிடையாது. 'பற்றுக்கோடில்லை, ஈசுவரத்யானத்திற்கு ஒத்துவரவில்லை' யென்று கர்மத்யாகம் செய்யும் இடமே இந்த மார்க்கத்தில் கிடையாது. பற்றுக்கோடு எப்போதும் உண்டு. கடவுட்சார்பு, ஜீவன், இச்சை, சக்திகள் அனைத்தையும் கடவுளுக்கு மலர்த்தல், கடவுளடைக்கலம் - இவையே பற்றுக்கோடாம். இக்கருத்துடன் செய்யும் பணிகளெல்லாம் சாதனத்திற்கு வழியாகும். இங்குமங்கும் ஒருவருக்

குத் தியானத்தில் மூழ்கி, சிலகாலம் தத்காலீக மாகக் கருமத்தை நிறுத்திவைக்க நேரலாம் ; அல்லது இரண்டாம் பட்சமாக்கலாம். ஆனல் அது ஒரு தனி ஆளைப் பொறுத்த விஷயம். அது சொற்பகால ஒதுக்கமேயாகும். மேலும், முற்றும் வினையறல், முற்றும் தன்னுட் குவிந்திருத்தல் உசிதமில்லை. அது மிகவும் ஒரு பட்சமான மனக்காட்சி நிலையை ஊக்கும். அதில் வெறும் உள்ளனுபவங்களால் ஆன ஒரு வகை நடுவுலகிலேயே ஒருவன் வசிக்கிறான். அதில் புறவுண்மை அல்லது உயருண்மையில் உறுதியான பிடிப்பில்லா திருக்கிறான். உள்ளுக்கும் புறத்திற்கும் பலமான தொடர்பூட்டுவதே உள்ளனுபவத்தின் பயன். அத்தொடர்பினல் அத்யாத்ம வுண்மையும் புறவாழ்வில் அதன் அனுபூதியும் ஒன்றுசேரும். இந்தப் பயன் சதா - உள்ளனுபவிக்கு இல்லாமற் போகிறது.

கருமம் இருவகையாகும் :—(1) சாதனத்திற்கு, ஜீவனையும், அதன் விருத்திகளையும் மேன்மேலும் பண் படுத்தி மாற்றும் அனுபவ பூமியைச் சேர்ந்த கருமம். (2) தெய்வானுபூதி விளக்கத்தின் செயல். யோகானுபூதியை உலகுணர்விற்குப் பூரணமாகக் கொண்டுய்த்த பிறகே பின்னதற்குத் தருணம் வாய்க்கும். அதுவரையில், எல்லா வேலையும் முயற்சிக்கு நிலைக்களனுகவும், அனுபவ சித்தாந்தமாகவும் இருக்கவேண்டும்.

*
* *

நான் பக்தியை ஒருகாலும் தடை செய்யவில்லை. ஒருபோதும் தியானத்தைத் தடை செய்ததாகவும் நினைப்பில்லை. சங்கரர் அல்லது சைதன்யர் போன்று, ஞானத்திற்கும் பக்திக்கும் நான் அவ்வளவு அதிக முதன்மை கொடுக்கா விட்டாலும், என் யோகத்தில்

கருமங்களைப் போலவே பக்தியையும் ஞானத்தையும் நான் வற்புறுத்தி யிருக்கிறேன். சாதனத்தைக் குறித்து, நீ அல்லது மற்றெந்தச் சாதகனும் உணரும் கஷ்டம் உண்மையாக, தியானம், பக்தி, கர்மம் ஆகியவற்றிற்குள்ள பரஸ்பர விரோதங்களைப்பற்றிய கேள்வியல்ல. மனப்பான்மை, அணுகும் வழி (அதை நீ எப்படிச் சொன்னாலும் சரி) இவற்றிலேயே கஷ்டம் இருக்கிறது.

நீ வேலை செய்யும் நேரமெல்லாம் கடவுளை நினைக்க முடியாவிடின், பரவாயில்லை. முதலில் கடவுளை நினைத்து, அர்ப்பணித்து, முடிவில் வந்தனம் செய்தல் இப்போதைக்குப் போதுமானது. இதற்குமேல் வேலையைச் சற்று நிறுத்தியபோதும் கடவுளை நினைக்கலாம். உனது வழி மிகவும் வருத்தமும் கடினமுமாகத் தோன்றுகிறது—மனத்தின் ஒரே பாகத்தால் கடவுளை நினைக்கவும் தொழில் செய்யவும் முயல்கிறாய். வேலை நேரம் முழுதும் மாந்தர் கடவுளை நினைக்கும்போது (அவ்வாறு செய்யலாம்), மனத்தின் பிற்பகுதியினாலேயே அவ்வாறு செய்வது வழக்கம். அல்லது இரட்டை நினைப்பு அல்லது இரட்டை யுணர்வுத்திறமை மேன்மேலும் உண்டாகிறது. ஒன்று காரியங்களின் முன் இருக்கிறது ; மற்றொன்று உள்ளே சாட்சியாக ஸ்மரிக்கிறது. இன்னொரு வழியுள்ளது. அது நெடுங்காலமாக என் வழியாயிருந்தது—அது, உணர்ச்சி மௌனமாகக் கடவுளில் ஈடுபட்டிருக்கும்போதே, தன் நினைவு அல்லது மனோவிருத்தி குறுக்கிடாமல் இயல்பாகக் காரியம் நடக்கும் நிலையாம்.

இருப்பினும், அதிசரளமான, இடைவிடாத ஆர்வத்தாலும், நிவேதன வுறுதியாலும் வருவதைப்போல

அது முயற்சியினுல் அவ்வளவு சித்திப்பதில்லை; அல்லது அந்தர்ஸத்வத்தை அந்தக்கரணத்தினின்றும் பிரிக்கும் ஒரு உணர்வுதிக்கும் நேரத்தில் அது இயலும். இதெய்தச் சிலருக்கு நீண்ட காலமாயினும், ஆர்வமும், வேலையைச்செய்ய மஹா சக்தியைக் கூவியழைக்கும் நிவேதன வுறுதியுமே பெரிய பலன்களை யளிக்கும்.

மனப்பிரயாசையால் செய்வதற்குப் பதிலாக, பின்னுள்ள அல்லது மேலுள்ள சக்தியால் காரியத்தை நிறைவேற்ற அறிவது ஒரு பெரிய சாதன இரகசியமாகும். மனப்பிரயாசை தேவையில்லை, பயனில்லை என்று நான் சொல்லவில்லை—அது தானே எல்லாவற்றையும் செய்யமுயன்றுல், அத்யாத்ம வஸ்தாதுகளைத் தவிர மற்றவருக்கெல்லாம் அது மிகக் கடினமான பிரயாசையாகும்.

அந்த மற்ருெரு வழி நாம் விரும்பும் சுருக்கு வழியென்று சொல்லமாட்டேன் ; அதில் பலன் கிடைக்க நீண்டகாலம் செல்லலாம். எல்லாச் சாதன மார்க்கத்திலும் பொறுமையும், திடசங்கற்பமும் அவசியமாகும்.

பலசாலிகளுக்குப் பலம் மெத்தச் சரியே—ஆனுல் ஆர்வமும், அதற்கிரங்கும் ஈசுவர கிருபையும் வெறும் கட்டுக் கதைகளல்ல. அவை அத்யாத்ம வாழ்வின் பெரிய பிரத்தியக்ஷானுபவங்களாம்.

*
* *

நான் கருமம் என்பது ராஜஸ ஆசையின் வேகத்தாலும் அகங்கார திருப்திக்காகவும், மமதை, மடமையிற் செய்யும் காரியமன்று. அகந்தை, ராஜஸம், ஆசை

இவை அவித்தையின் முத்திரைகள். இவற்றை ஒழிக்காமல் கருமயோகம் இயலாதாம்.

கருமத்தின் ஆழ்ந்த உண்மைகளுக்குப் பதிலாக மனிதன் புகுத்தும், நீதிநெறி அல்லது மனுதர்சங்கொண்ட பரோபகாரம் அல்லது ஜனசேவை அல்லது இவைபோன்ற பிறவற்றை நான் குறிக்கவில்லை.

மற்றெதற்குமின்றி, தெய்வத்திற்காகவே, மேன்மேலும் தெய்வத்துடன் ஒன்றுபட்டியற்றும் கைங்கர்யத்தையே நான் கருமம் என்கிறேன். இயல்பாக, ஆரம்பத்தில் எப்படி ஆழ்ந்த தியானமும், ஒள்ளறிவும், உண்மையன்பும், பக்தியுங்கூட எளிதல்லவோ, அதே மாதிரி, தெய்வார்ப்பணமான கருமமும் எளிதல்ல. ஆனால் பிறவற்றைப்போலவே அதையும் நல்ல கருத்துடனும், நல்ல பாவனையுடனும், உன்னுள் உண்மையான இச்சையைக் கொண்டும் ஆரம்பிக்கவேண்டும். அவ்வாறுயின் மற்றதெல்லாம் தன்னால் வரும்.

இக்கருத்துடன்செய்யும் கருமம், பக்தி தியானம் இவற்றைப்போலவே சரியான பலனளிக்க வல்லனவாம். ஆசை, ராஜஸம், அகங்காரம் இவற்றை விலக்குவதால், ஒருவன் அமைதியையும் பரிசுத்தத்தையும் அடைகிறான். அதில் சொல்லற்கரிய சாந்தம் இறங்கும்; தனது இச்சையை ஈசுவரார்ப்பணம் பண்ணுவதால், சொந்த இச்சையை, தெய்வ இச்சையில் ஆழ்த்துவதால், ஒருவன் அஹங்கார நாசம் அடைகிறான்; விசுவாத்ம சேதனத்தில் விசாலிக்கிறான்; அல்லது உலகாதீதமாயுள்ள ஒன்றிற்கு உயருகிறான். புருஷனைப் பிரகிருதியினின்றும் வேறாக அறிகிறான். புற

வியற்கையின் கட்டுகளினின்றும் விடுபடுகிறான். அந்த ராத்மாவை அறிகிறான். அதற்குப் புறமானதை ஒரு கரணமாகக் காண்கிறான். தன் காரியத்தை விசுவ சக்தி செய்வதையும், ஆத்மா அல்லது புருஷன் பார்ப்பானாய், சாட்சியாய் ஆனால் முக்தனா யிருப்பதையும் உணர்கிறான். தனது காரியங்களைக் கைக்கொண்டு, உலகன்னை அல்லது பராசக்தியன்னை அல்லது இதயத்திற்குப் பின்னிருந்து அனைத்தையும் ஆண்டு செயல் புரியும் தெய்வ சக்தியே செய்வதாக உணர்கிறான். ஒருவனது இச்சை, காரியங்கள் அனைத்தையும் இடைவிடாமல் தெய்வத்திற்கு நிவேதிப்பதால், அன்பும் வணக்கமும் பெருகி, சைத்யான்மா முன் வருகிறது.

மேலிருக்கும் சக்திக்கு நிவேதிப்பதால், அதை நாம் மேலே யுணர்வோம். அதன் இறக்கத்தையும், மேன்மேலும் வளரும் சித்துணர்விற்கும் அறிவிற்கும் ஒரு திறவையும் உணர்வோம். இறுதியில், கருமம், பக்தி, ஞானம் எல்லாம் ஒன்றுசேர்ந்து ஆத்மசித்தி சாத்தியமாகிறது. அதையே நாம் இயற்கையின் உருமாற்றம் என்கிறோம்.

இந்தப் பயன்கள் ஒரேயடியாக வந்துவிடா. சாதகன் நிலைக்கும், பரிபக்குவத்திற்கும் ஏற்றபடி, கூடக்குறைய மெதுவாய் நிறைவாய் வரும். தெய்வானுபூதிக்கு ராஜமார்க்கம் இல்லை.

பூரண அத்யாத்ம ஜீவனத்திற்காக நான் விஸ்தாரமாக்கிய கீதோபதேசமான கர்மயோகம் இதுவே. யுக்தி, அனுமானமல்ல; அது அனுபவத்தின்மேல் நிலைக்கொண்டது. அது தியானத்தைத் தவிர்க்கவில்லை;

பக்தியைத் தவிர்க்கவேயில்லை. ஏனெனில், இறைவனுக்குத் தன்னை யீதல், தன்னை இறைவனுக்கே உரிமையாக்கல் இந்தக் கர்மயோக சாரமாகும். இவை முதன்மையாக ஒரு பக்திக்கிரியையேயாகும். வாழ்வை விட்டோடும் அனன்ய தியானமும் தனது உட்கனவிலேயே மூடுண்ட பரவச பத்தியுமே யோகத்தின் முழு இயக்கமும் ஆவதை இது தடுப்பது மட்டும் உண்மை. ஒருவன் மணிக்கணக்காய் மாசற்ற, ஆழ்ந்த தியானத்திலிருக்கலாம்; அல்லது, அசைவற்ற உள்வழிபாட்டிலும் பரவசத்திலும் ஆழ்ந்திருக்கலாம். ஆனால் இவையேயல்லவாம் முழுமையான பூரணயோகம்.

ஸ்ரீ அரவிந்தர் சாதகர்களுக்கு அருளிய
உபதேசமணிகளினின்று தொகுத்த
ஸ்ரீ அரவிந்த யோகதீபிகை

முற்றிற்று

